ئامۆژگارییە بچووکەکانی ژیان

جاکسۆن براون

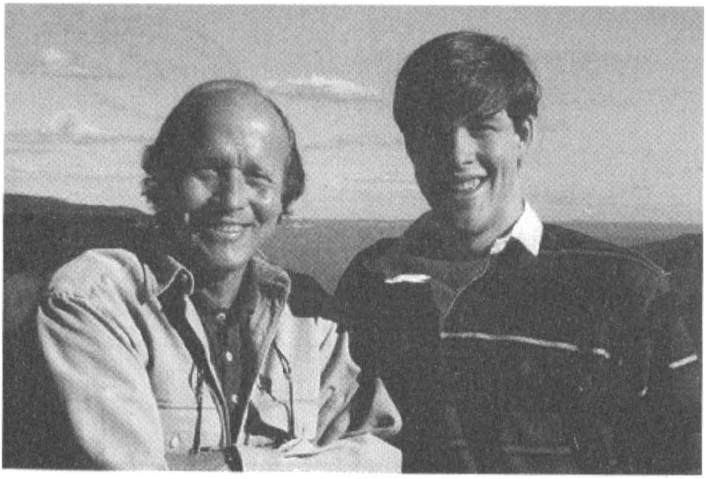
دانایی سادە و کردەوەی جوان
بۆ ئەوەی
بە خۆشی بژییت و ژیان ببەیتەوە

عیماد مەهدی
لە ئینگلیزییەوە کردوویە بە کوردی

ئامۆژگارییە بچووکەکانی ژیان

جاکسۆن براون

دانایی سادە و کردەوەی جوان بۆ ئەوەی بە
خۆشی بژییت و ژیان ببەیتەوە



عیماد مەهدی
لە ئینگلیزییەوە کردوویە بە کوردی

ADIBAN

ناوەندی ڕۆشنبیری ئەدیبان

بەڕێوەبەری گشتی: ئارامی مەلا محەمەد

ناونیشان: سلێمانی، شەقامی ئیبراهیم پاشا، فولکەی گۆزەکان، نزیك ناوەندی ڕۆژهەڵاتی کوردان.

پەیوەندی: 07701974656 - 07501590032 - 07731974646 - 07501696369.

Email: bookadiban@gmail.com

Facebook: https://www.facebook.com/eadiban/

ناسنامەی کتێب

ناونیشان: ئامۆژگارییە بچووکەکانی ژیان.

نووسەر: جاکسۆن براون.

وەرگێڕانی: عیمار مەهدی.

پێداچوونەوەی: جووتیار قارەمان.

بابەت: ئەدەبیاتی ئەمریکی — سەدەی 21م.

ژانر: وتە.

نۆرەی چاپ: چاپی یەکەم.

پەخشانگە: ناوەندی ڕۆشنبیری ئەدیبان.

ساڵی چاپ: 2020 میلادی.

تیراژ: 1000 دانەی لێ چاپکراوە.

ئامۆژگارییە بچووکەکانی ژیان

ئـەم ئامۆژگاریانـە، هـەر یەکەیان نـرخ و بەهای خـۆی هەیە. ئەگەرچـی وتـەکان سـادە دێنـە بەرچـاو، بـەڵام بـە ڕامان لە ناوەڕۆکـی هـەر یەکێکیـان، زیاتر لـە مانـا و ڕەهەندێکمان بۆ دەردەکەوێت.

ئەم وتانـە پێمان دەڵێن: فێربوونی ژیـان، هەوڵدان، پابەندبوون و بەرپرسـیاریەتییە، فێرمـان دەکەن هەمیشـە ڕەچاوی پێوەرە چاکـەکان بکەیـن، هانمـان دەدەن تا بـەردەوام هەڵسـوکەوتی نەرمونیان و پڕ لە خۆشەویسـتی بۆ نیشـتمان، مرۆڤ، دۆست و هاوکارەکانمـان بنوێنین.

کتێبـی ئامۆژگارییـە بچووکەکانـی ژیـان، بریتییە لـە وتەی پڕ بەهـای لە چەشـنی مرواریـی جوان.

بـە دڵنیاییـەوە هەموومـان دەمانەوێـت لـە ژیانـدا کەسـێکی سـەرکەوتوو بیـن، بـەڵام ڕەنگـە زۆربەمـان پـەی بـە ڕێگەکانـی سـەرکەوتن نەبەین، شـارەزایان چەنـد ڕێگەیەکیان دەستنیشـانکردووە کـە دەکرێـت یارمەتیـدەر بن بـۆ ئەوانەی بەدوای سـەرکەوتندا دەگەڕێن، چەنـد خولەکێک لە کاتی خۆت تەرخـان بکـە بۆ خوێندنـەوەی ئـەم چەند خاڵە و سـوودێکی زۆریـان لـێ ببینە.

بیـل گیتـس، گـەورە سـەرمایەدار و خاوەنـی کۆمپانیـای مایکرۆسـۆف، هەشت ڕێسـای تایبەتی بۆ سەرکەوتن لە ژیاندا دانـاوە کە خۆی ناوی ناوەن «هەشـت ڕێسـاکەی ژیان». ئەو

ڕێسـاـیانەش بریتیـن لە:

یەکـەم: لـە ژیانـدا دادوەری و یەکسـانی نییـە، خـۆت لەگـەڵ ئـەوەدا ڕابێنە.

دووەم: جیهـان سـەیری خۆشەویسـتیت نـاکات، بەڵکـو تەنیا چاوەڕێـی داهێنـان و بەرهەمەکانـت دەکات.

سـێیەم: ئەگەر سـالانە 60،000 دۆلارت دەست نەکەوت، ئەوا تۆ تەنیا دەرچـووی کۆلێژیت.

چـوارەم: ئەگـەر بینیـت مامۆسـتایەکەت لـە فێرکردنتـدا زۆر توونـدە، ئـەوە بزانـە خاوەنکارێـک چاوەڕێـت دەکات.

پێنجـەم: ئەگـەر هەڵەت کرد، سەرزەنشـتی کـەس مەکە، بەڵکو لە هەڵەکانتـەوە فێر ببە.

شەشـەم: پێـش ئـەوەی لە دایـک بیـت، باوانت ئاوها شـارەزا نەبـوون، بەڵکـو بەهـۆی گەورەکردنـی تۆوە شـارەزا بوونە.

حەوتـەم: پێـش ئـەوەی بیـر لـە ڕزگارکردنـی دارسـتانەکان بکەیتـەوە، ژوورەکـەی خـۆت ڕێـک بخـەوە.

هەشـتەم: ژیانی ڕاسـتەقینە لەنێو تەلەڤزیۆنەکانـدا نییە، ژیانی ڕاسـتەقینە ئەوەیە کـە خەڵکی قاوەخانەکان جـێ بهێڵن و بچنە سەر کارەکانیان.

ئەگـەر بتەوێـت بارودۆخـی هەمەلایەنەی ژیانت بـاش بکەیت، پێویسـت ناکات چـاوت لە کەسـانی دیکە بێت، بەڵکـو بەرنامە و پلانـی گونجـاو دابنێ و دەسـت بـە هەنگاوی کـرداری بکە، تەنیـا ئامانجی گـەورە دەتوانێت ورە و زەینـی ئێوە بە چالاکی

بهێڵێتەوە.

بێ گومان هیچ خەون و ئامانجێک بەبێ ماندووبوون نایێتەدی، دەبێت هەوڵی بۆ بدرێت و پلانی بۆ دابنرێت، بەڵام بۆ ئەوەی لە کۆتاییدا سەرکەتوو بیت، دەبێت بە وریاییەوە مامەڵە بکەیت.

پێش هەر هەنگاوێک، ئامانجی سەرەکی دیاری بکە، نابێت هەنگاو لەپێناو شتێکدا بنێیت کە نازانیت ئەنجامی چییە، هەمیشە دڵنیا ببەوە پاشان هەنگاو بنێ.

ئەگەر دەتەوێت لە دوای هەر کەوتنێک هەستیتەوە، دەبێت لە هەڵەکانەوە فێری شتی نوێ ببیت، هەرگیز مەهێڵە هەڵەکانی ڕابردووت کار لە ئێستا و داهاتووت بکەن، بە شێوەیەکی ئەرێنی مامەڵە لەگەڵ هەڵەکانتدا بکە، وانە و پەندیان لێ وەربگرە.

هەمیشە ئەو سێ ئامۆژگارییە بچووکەی ژیانت لەیاد بن: یەکەم: ڕێزی خۆت بگرە. دووەم: ڕێز لە خەڵکی بگرە. سێیەم: لەئاست ئەرکی سەرشانتدا هەست بە بەرپرسیارێتی بکە .

هەموو مرۆڤێک حەزی پەیوەندییەکی قووڵ و هەستکردن بە خۆشەویستیی خەڵکانی دیکە لەنێو دڵ و دەروونیدا هەیە، مەبەستی ئەم کتێبە ئەوەیە کە جەخت لەسەر ئەو ئامۆژگاریانە بکاتەوە کە بۆ دەروونددروستیمان پێویستن.

Compliment three people every day.

هەموو ڕۆژێک ستایشی سێ کەس بکە.

Have a dog.

سەگێک بەخێو بکە.

Watch a sunrise at least once a year.

بەلای کەمەوەساڵی یەک جار تەماشای خۆرهەڵاتن بکە.

Say “thank you” a lot.

زۆر بڵێ "سپاس".

Remember other people’s birthdays.

ڕۆژی لەدایکبوونی خەڵکانی ترت لەیاد بێت.

Buy whatever kids are selling on card tables in their front year.

منالآن هەر شتێکیان لە بەردەرگای خۆیاندا لەسەر

مێز فرۆشت، لێیان بکڕە.

Have a firm handshake.

بە گەرموگوڕییەوە تەوقە بکە.

Overtip breakfast waitresses.

بەخشیشی زیاتر بە شاگردی چێشتخانەکان بدە.

Life is short. Eat more pancakes and fewer rice cakes.

ژیان زۆر کورتە بۆیە کێکی ئاسایی زیاتر بخۆ و

کێکی برنج[١] کەمتر بخۆ.

١- کێکی برنج بۆ دروستی باشترە، بەڵام وەک کێکی ئاسایی خۆش نییە. (هەڵەچن)

Say “please” a lot.
زۆر بڵێ ”تکایە یان بەیارمەتیت.“

Learn to play a musical instrument.
خۆت فێری ژەنینی ئامێرێکی مۆسیقا بکە.

Sing in the shower.
لە کاتی خۆشتندا گۆرانی بڵێ.

Use the good silver.
قاپ و قاچاخە جوانەکان هەڵمەگرە تەنیا بۆ بۆنەی
تایبەت و بەکاریان بهێنە.

Plant flowers every spring.
هەموو بەهارێک گوڵ بچێنە.

Buy great books, even if you never read them.

کتێبی باشت به‌رچاو که‌وت بیانکڕه‌، ته‌نانه‌ت ئه‌گه‌ر هه‌رگیز نه‌یشیانخوێنیته‌وه‌.

Learn to make great chili.

خۆت به‌باشی فێری دروستکردنی جۆرێک خواردن بکه‌.

Be the first to say "hello."

له‌ "سلاوکردن"دا ده‌سپێشخه‌ر به‌.

Live beneath your means.

پاره‌ له‌وه‌ که‌متر خه‌رج بکه‌ که‌ ده‌ستت ده‌که‌وێت (هه‌وڵبده‌ که‌مترین پاره‌ خه‌رج بکه‌یت).

Drive inexpensive cars, but own the best house you can afford.

ئۆتۆمبێلی هەرزان لێ بخورە، بەڵام ببە بە خاوەنی باشترین خانوو کە لەتواناتدا بێت.

Be forgiving of yourself and others.

بەرامبەر بە خۆت و کەسانی تر لێبوردە بە.

Learn the rules. Then break some.

فێری هەموو یاساکان ببە. ئینجا هەندێک لە یاساکان بشکێنە.

Learn three clean jokes.

فێری سێ نوکتەی خاوێن ببە (بێ قسەی خراپ و ناشرین).

Wear polished shoes.

پێڵاوی بۆیاخکراو و خاوێن لەپێ بکە.

Floss your teeth.

ددانەکانت بە پەت پاک بکەرەوە.

Ask for a raise when you feel you've earned it.

داوای بەرزکردنەوەی موچەکەت بکە کاتێک هەستت کرد کاتی هاتووە و شایەنی ئەو بەرزبوونەوەیەیت.

If in a fight, hit the first and hit hard.

لە کاتی شەڕدا تۆ یەکەم گورز بوەشێنە و بە سەختی بیوەشێنە.

Plant a tree on your birthday.

لە ڕۆژی لەدایکبوونتدا درەختێک بنێژە.

Return all the things you borrow.
هەموو ئەو شتانە بگەڕێنەرەوە کە بە قەرز بردووتن.

Teach some kind of class.
وانەی شتێک بڵێرەوە (هەر شتێک بێت، گرنگ ئەوەیە
ئەوەی دەیزانیت بە خەڵکی بڵێیتەوە).

Be a student in some kind of a class.
لە وانەیەکدا ببە بە خوێندکار (هەر وانەیەک بێت).

Never buy a house without a fireplace.
هەرگیز خانوویەک مەکڕە کە ئاگردانی تێدا نەبێت.

Once in your life own a convertible.
بۆ جارێکیش بێت لە ژیانتدا ببە بە خاوەنی
سەیارەیەکی بێسەقف (سەیارەیەک کە سەقفەکەی
ئەنوشتێتەوە).

At meetings, resist turning around to see who has just arrived.

لە کاتی کۆبوونەوەدا خۆت بگرە و تەماشای دواوە

مەکە بۆ ئەوەی بزانیت کێ درەنگ هاتووە.

Donate two pints of blood every year.

هەموو ساڵێک دوو بتڵ خوێن ببەخشە.

Treat everyone you meet like you want to be treated.

بەو جۆرە مامەڵە لەگەڵ هەموو کەسێکدا بکە کە حەز

دەکەیت مامەڵەت لەگەڵدا بکرێت.

Learn to identify the music of Chopin, Mozart, and Beethoven.

خۆت فێر بکە کە بتوانیت مۆسیقای چۆپن و مۆزارت

و بیتهۆڤن بناسیتەوە.

Make new friends but cherish the old ones.

هاوڕێی نوێ پەیدا بکە، بەڵام ڕێزو خۆشەویستیت بۆ هاوڕێ کۆنەکانت هەبێت.

Keep secrets.

نهێنییەکان بپارێزە.

Take lots of snapshots.

وێنەی زۆر بگرە.

Never refuse homemade brownies.

هەرگیز کێکی دەستکردی ماڵەوە ڕەت مەکەرەوە.

Put the cap back on the toothpaste.

پاش بەکارهێنان، سەری هەویری ددانەکە بخەرەوە شوێنی خۆی.

Don't postpone joy.
خۆشی هەڵمەگرە بۆ دوایی.

Write thank-you notes promptly.
نامەی "سپاسگوزاری" بەبێ دواکەوتن بنووسە.

Show respect for teachers.
ڕێزو سپاسگوزاریت بۆ مامۆستاکان دەرببڕە.

Show respect for police officers and firefighters.
ڕێزو سپاسگوزاریت بۆ پۆلیس و پۆلیسی
ئاگرکوژێنەوە دەرببڕە.

Show respect for military personnel.
ڕێزو سپاسگوزاریت بۆ سەربازەکان دەرببڕە.

Never give up on anybody. Miracles happen every day.

هەرگیز نائومێد مەبە لە هیچ کەسێک. هەموو ڕۆژێک پەرجوو ڕوو دەدات.

Don't waste time learning the "tricks of the trade" Instead, learn the trade.

کاتی خۆت لە فێربوونی نهێنییەکان یان خێراترین ڕێگە بۆ سەرکەوتن لە پیشەیەکدا بەفیڕۆ مەدە، لەبری ئەوە فێری پیشەکە ببە.[١]

Keep a tight rein on your temper.

بەوردی و بە باشی کۆنترۆڵی مەزاجت بکە.

Avoid overexposure to the sun.

خۆت بپارێزە لە زیاد بەرکەوتنی تیشکی خۆر.

---

[١] بەدوای ڕێگەی کورت و ئاساندا مەگەڕێ. (و.)

Buy vegetables from truck farmers who advertise with hand lettered signs.

سەوزە و میوە لەو جووتیارانە بکڕە کە بە
دەستوخەتی خۆیان نرخی بەرهەمەکان دەنووسن و
بانگەواز بۆ بەرهەمەکانیان دەکەن.

Take out the garbage without being told.

خۆڵ و خاشاکیماڵەوە فڕێ بدە بەبێ ئەوەی پێت
بڵێن.

Vote.

دەنگ بدە.

Surprise loved ones with little unexpected gifts.

بە دیاریی بچووک خۆشەویستانت نش[1] بکە.

[1] نش: سپرایز

Stop blaming others. Take responsibility for every area of your life.

واز بێنە لە تاوانبارکردنی خەڵکانی تر. لە هەموو بوارەکانی ژیانتدا بەرپرسیارێتی لە ئەستۆ بگرە.

Never mention being on a diet.

هەرگیز لای کەسانی تر باسی ئەوە مەکە کە خەریکی پارێز لە خواردنیت.

Make the best of bad situations.

لەخراپترین دۆخەکانیشدا هەوڵ بدە با باشترین دەرەنجام بەدەست بێنیت.[1]

Admit your mistakes.

دان بە هەڵەکانتدا بنێ.

[1] دۆخەکان چەنێک خراپ بن، هەوڵ بدە بۆ باشترکردنی دۆخەکە ئەوەی کە لە دەستت دێت، بیکە. (و.)

Live so that when your children think of fairness, caring, and integrity, then think of you.

بەجۆرێک بژی کە ئەگەر لە داهاتوودا نەوەکانت بیر لە دادپەروەری، بایەخدان، پاکیی و ڕاستی بکەنەوە، تۆیان بیر بکەوێتەوە.

Support a high school band.

یارمەتی و پشتگیریی کۆمەڵێکی چالاکی خوێندکارانی دواناوەندی بکە.

Use your wit to amuse, not abuse.

زیرەکی و قسەزانیت بۆ قسەی خۆش و دڵخۆشکردنی خەڵک بەکار بهێنە، نەک ئازاردانی خەڵک.

Ask someone to pick up your mail and daily paper when you're out of town. Those are the first two things potential burglars look for.

داوا لە هاورێیەک بکە کە نامە و کاغەزی ناو سندووقی پۆستەکەت بۆ هەڵبگرێت ئەگەر لە دەرەوەی شار بوویت و نامەت بۆ هات، چونکە ئەو دوو شتە دزەکان بۆ دزینیان هەمیشە چاویان لەسەریانە.

Be brave. Even if you're not, pretend to be. No one can tell the difference.

ئازا و بەجەرگ بە، تەنانەت ئەگەر لە ڕاستیشدا وا نەبوویت، ئەوا وا خۆت بنوێنە کە ئازایت. هیچ کەس ناتوانێت هەست بە جیاوازییەکەی بکات.

Remember that all news is biased.
لەبیرت بێت کە هیچ هەواڵێکی ناو کەناڵ و
ڕۆژنامەکان بێلایەن نین.

Take a photography course.
بەشداری خولێکی فێربوونی وێنەگرتن بکە.

Let people pull in front of you when you're stopped in traffic.
کاتێک چاوەڕێی گڵۆپی سەوزی ترافیکیت، ڕێگە بە
ئۆتۆمبێلی تر بدە لەپێشتەوە پێچ بکەنەوە یان
دەربچن.

Always accept an outstretched hand.
هەمیشە دەستی یارمەتی پەسەند بکە.

Demand excellence and be willing to pay for it.

داوای نایابی بکە و ئامادە بە کە کاری بۆ بکەیت و هەوڵی بۆ بدەیت.

Whistle.

فیکە لێبدە.

Never forget your anniversary.

هەرگیز ساڵیادی هاوسەرگیریت لەیاد نەچێت.

Choose a charity in your community and support it generously with your time and money.

ڕێکخراوێکی خێرخوازی لە نزیک ماڵی خۆتەوە هەڵبژێرە و بە بەخشندەییەوە پشتیوانییان بکە.

Give to charity all the clothes you haven't worn during the past three years.

هەموو ئەو جلانەی کە سێ ساڵ دەبێت لەبەرت نەکردوونن بیانکە بە خێر.

Never hire someone you wouldn't invite home to dinner.

هەرگیز کەسێک بەکرێ مەگرە کە هێندە متمانەت پێی نەبێت بۆ خواردنی نانی ئێوارە لە ماڵەکەتدا بانگهێشتی بکەیت.

Never give up on what you really want to do. The person with big dreams is more powerful than one with all the facts.

هەرگیز واز مەهێنە لەو شتەی کە بەڕاستی دەتەوێت بیکەیت. ئەو کەسەی خاوەنی خەونی گەورەیە، لەو کەسە بەهێزترە کە تەنیا خاوەنی ڕاستییەکانە.

Someone will always be looking at you as an example of how to behave. Don't disappoint.

کەسێک هەیە کە هەمیشە چاوی لێتە بۆ ئەوەی وەک نموونە تەماشات بکات. نائومێدی مەکە.

When someone wants to hire you, even if it's for a job you have little interest in, talk to them. Never close the door on an opportunity until you've had a chance to hear the offer in person.

کاتێک کەسێک دەیەوێت کاری بۆ بکەیت، هەرچەندە کارەکەش کارێک بێت کە زۆر حەزت لێی نەبێت، یەکسەر بڕیار مەدە و سەرەتا قسەیان لەگەڵدا بکە. هەرگیز دەرگای دەرفەتێک بەسەر خۆتدا دامەخە، تا ئەو کاتەی خودی خۆت گوێت لە خاوەن کارەکە دەبێت کە باسی کارەکەت بۆ بکات.

٧٨. Don't mess with drugs, and don't associate with those who do.

بە هیچ شێوەیەک نزیکی ماددەی هۆشبەر مەکەوەرەوە و نزیکی ئەو کەسانەش مەکەوەرەوە کە خەریکی ئەو کارەن.

Don't take good health for granted.

بە کەم تەماشای لەشساغی مەکە.

Slow dance.

بە هێواشی سەما بکە.

Refill ice cube trays.

پاش بەکارهێنانی سەهۆڵی ناو قاپی فریزەرەکە، پڕی بکەرەوە لە ئاو.

Avoid sarcastic remarks.
واز لە گاڵتەپێکردن بهێنە.

Forget the Joneses.
واز بهێنە لەوەی خۆت بە دراوسێکان بەراورد بکەیت.

Call your mom and dad.
تەلەفون بۆ دایک و باوکت بکە.

Don't smoke.
جگەرە مەکێشە.

When you want to teach a lesson, tell a story.
کاتێک کە دەتەوێت شتێک فێری خەڵک بکەیت یان وانەیەک بڵێیتەوە، چیرۆکێک بگێڕەوە.

Even if you're financially well-to-do, have your children earn and pay part of their college tuition.

تەنانەت ئەگەر لە ڕووی داراییشەوە باش بیت، بامندالّەکانت پارە پەیدا بکەن و خۆیان بەشێکی پارەی خوێندنی زانکۆیان بدەن.

In business and in family relationships, remember that the most important thing is trust.

لەبیرت بێت کە گرنگترین شت لە مامەڵەی بازرگانی و پەیوەندیی خێزانیدا متمانەیە.

Don't let anyone ever see you tipsy.

هەرگیز مەهێڵە هیچ کەسێک بە سەرخۆشی بتبینێت.

Marry only for love.

تەنیا لەبەر خۆشەویستی هاوسەرگیری بکە.

Become knowledgeable about antiques, oriental rugs, and contemporary art.
خۆت لەبارەی کەلوپەلی دەگمەن و فەرش و هونەری هاوچەرخەوە شارەزا بکە.

Recycle old newspapers, bottles, and cans.
ڕۆژانە کۆن و بتڵ و قوتووەکان بخەرە ناو سەتڵی خۆڵی مردووەژییەوە.[1]

Make it a habit to do nice things for people who'll never find out.
بیکە بە خوو کاتێک کە یارمەتی خەڵکت دا و کاری چاکت بۆ کردن، با هەرگیز نەزانن کێ یارمەتیی داون.

---

[1] مردووەژی: Recycle (ئەو شتەی دیسانەوە بەکار بهێنرێتەوە.) (هەڵەچن)

Attend class reunions.

کاتێک هاوپۆلە کۆنەکانت ویستیان کۆ ببنەوە و چاویان بەیەکتر بکەوێت، تۆش بەشداری بکە.

Always have something beautiful in sight, even if it's just a daisy in a jelly glass.

با هەمیشە شتێکی جوان لەتەنیشتت یان لە بەرچاوتدا بێت، تەنانەت ئەگەر گوڵە بەیبوونێکیش بوو لەناو شووشەیەکدا.

Think big thoughts, but relish small pleasures.

بیر لە شتی گەورە و مەزن بکەرەوە، بەڵام چێژ لە خۆشییە بچووکەکان ببینە.

Never ignore evil.

هەرگیز خراپە یان کاری خراپ پشتگوێ مەخە.

Lend only those books you never care to see again.

تەنیا ئەو کتێبانە بە قەرز بدە بە خەڵک کە هەرگیز ناتەوێت چاوت پێیان بکەویتەوە.

Never start a business with someone who has more troubles than you.

هەرگیز لەگەڵ کەسێکدا دەست بە بازرگانی مەکە کە کێشە و گرفتەکانی لە تۆ زیاترە.

Remember the ones who love you.

ئەو کەسانەت لەیاد بێت کە خۆشیان دەوێت.

Treat yourself to a massage on your birthday.

هەموو ساڵێک لە ڕۆژی لەدایکبوونتدا بڕۆ بۆ ناوەندێکی شێلان، وەک دیارییەک بۆ خۆت.

Learn how to read a financial report.

خۆت فێری خوێندنەوەی گوزارشتی دارایی بکە.

Tell your kids often how terrific they are and that you trust them.

زوو زوو بە منداڵەکانت بڵێ کە چەن باش و نایابن و، پێیان بڵێ کە متمانەت پێیانە.

Never cheat.

هەرگیز خیانەت مەکە.

Use credit cards only for convenience, never for credit.

کارتی بانکی (کرێدت کارت) بەکار بهێنە تەنیا لەبەر ئەوەی بەکارهێنانی ئاسان و خێرایە، هەرگیز بەکاری مەهێنە بۆ قەرزکردنی پارە لە بانک.

Take a brisk thirty minute walk Every Day.

هەموو ڕۆژێک بۆ ماوەی سی خولەک پیاسەیەکی گورجوگۆلانە بکە.

Know how to drive a stick shift.

خۆت فێری لێخوڕینی ئۆتۆمبێلی گێڕ ئاسایی بکە.

Ride a bike.

پاسکیل لێ خوڕە.

Never tell a person who's experiencing deep sorrow, "I know how you feel." You don't.

هەرگیز بە کەسێک کە مەراق و خەمێکی زۆری هەیە، مەڵێ: "دەزانم هەستت چۆنە." چونکە ڕاست نییە و نازانی هەستی ئەو کەسە چۆنە.

Smile a lot. It costs nothing and is beyond price.

زەردەخەی زۆر بکە. هیچ پارەی تێناچێت و نرخەکەی لە ژماردن نایە.

Never use profanity.

هەرگیز وشەی پیس و ناشرین بەکار مەهێنە.

Never argue with police officers, and address them as "officer."

هەرگیز قرەقڕ یان دەنگەدەنگ لەگەڵ پۆلیسدا مەکە و بە ڕێزەوە ناویان بێنە یان بانگیان بکە.

Learn to identify local wildflowers, birds, and trees.

خۆت فێر بکە بۆ ئەوەی بتوانیت گوڵ و باڵندە و درەختی خۆماڵی بناسیتەوە.

Keep a fire extinguisher in your kitchen and car.

با ئاگرکوژێنەرەوەیەک لەناو ناندین و ئوتومبێلەکەتدا هەبێت.

Respect your children's privacy. Knock before entering their rooms.

ڕێز لە تەنیایی یان کاتی تەنیاییی منداڵەکانت بگرە. پێش ئەوەی بچیتە ناو ژوورەکانیانەوە، تەقە لە دەرگا بدە.

Install deadbolts on outside doors.

قوفڵ بۆ دەرگاکانی دەرەوە دابنێ.

Don't buy expensive wine, luggage, or watches.

ئەم شتانە هەرگیز مەکڕە: مەیی گران و جانتای گرانی گەشت و کاتژمێری دەستیی گران.

Consider writing a living will.

بیر لە نووسینی وەسیەتنامەیەک بکەرەوە.[١]

Learn CPR.

خۆت فێری فریاگوزاریی خێرا بکە.[٢]

Resist the temptation to buy a boat.

چەنێک پارەت هەبوو، خۆت بگرە و بەلەم مەکڕە.

Never interrupt when you're being flattered.

هەرگیز قسە بە کەسێک مەبڕە کاتێک ماستاوت بۆ دەکات.

---

[١] بۆ کاتێک کە توشی ڕووداوێکی نەخوازراو بوویت یان تووشی نەخۆشییەک بوویت کە نەتتوانی خۆت بڕیار بدەیت. (و.)

[٢] CPR: بوژانەوەی دڵ (و.)

Never buy something you don't need just because it's on sale.

هەرگیز شتێک مەکڕە کە پێویستت پێی نیە و تەنیا لەبەر ئەوە بیکڕیت کە داشکاندنی بۆ کراوە.

Learn to listen. Opportunity sometimes knocks very softly.

فێری گوێگرتن ببە. هەندێک کات زەنگی دەرگای دەرفەت زۆر بە هێواشی و بێدەنگی لێدەدات.

Know how to change a tire.

فێری چۆنیەتیی گۆڕینی تایەی ئۆتۆمبێل ببە.

Remember that not getting what you want is sometimes a stroke of good luck.

لەیادت بێت، هەندێک کات نەگەیشتن بەو شتەی کە دەتەوێت بەختێکی گەورەیە یان خێرێکی تێدایە.

Know how to tie a bow tie.

فێری چۆنیەتی بەستنی بۆینباخ ببە.

Wear audacious underwear under the most solemn business attire.

لەژێر فەرمیترین جلوبەرگ و قاتی کاردا دەرپێکورتی زۆر سەیر و هەزەلی لەبەر بکە.

Leave the toilet seat in the down position.

سەری ئاودەستەکە پاش بەکارهێنانی دابخە.

Introduce yourself to the manager where you bank. It's important that he or she knows you personally.

خۆت بناسێنە بە بەڕێوەبەری ئەو بانکەی پارەی لێ دادەنێیت. زۆر گرنگە کە بەڕێوەبەرەکە خودی خۆت بناسێت.

When there's a piano to be moved, don't reach for the stool.

لە کاتی ڕاودا مەڕۆ بۆ سەرئاو (کاتێک شتێکی گرنگ و پێویست هاتە پێشەوە خۆتی لێ مەشارەوە).

Have crooked teeth straightened.

ئەگەر ددانی خواروخێچت هەیە، ڕاستیان بکەرەوە.

When people are relating important events that happened to them, don't try to top them with a story of your own. Let them have the stage.

کاتێک خەڵکی باسی ڕووداوی گرنگت بۆ دەکەن کە بەسەریاندا هاتووە، هەوڵ مەدە چیرۆکێکی خۆتی بەسەردا بکەیت و قسەیان پێ ببڕیت. بهێڵە با لە قسەکردن بەردەوام بن و شکۆی گێڕانەوەی ڕووداوەکە بۆ ئەوان بێت.

Have dull-colored teeth whitened.

ئەگەر ڕەنگی ددانەکانت زەردن، سپییان بکەرەوە.

Be the first to forgive.

دەستپێشخەری لە لێخۆشبوونی کەسانی تر بکە.

Never deprive someone of hope; it might be all they have.

هەرگیز کەسێک بێهیوا مەکە؛ لەوانەیە ئەو هیوایە تاکە شتێک بێت کە هەیبێت.

Get acquainted with a good lawyer, accountant, and plumber.

خۆت ئاشنا بکە لەگەڵ پارێزەرێک و ژمێریارێک و وەستایەکی باشی بۆریدا.

Keep your watch five minutes fast.

کاتژمێرەکەی دەستت با پێنج خولەک لە پێشەوە بێت.

When starting out, don't worry about not having enough money. Limited funds are a blessing, not a curse. Nothing encourages creative thinking in quite the same way.

کاتێک کە تازە دەست بە کارێک یان بازرگانییەک دەکەیت، گوێ مەدە بەوەی کە پارەی پێویستت نییە. نەبوونی پارەی پێویست بەخششە، نەک بەلاَ. هیچ شتێک هێندەی ئەو حالەتە هانی بیرکردنەوەی داهێنەرانە نادات.

Pay your bills on time.

پارەی ئاو و کارەبا و تەلەفون لە کاتی خۆیاندا بدە.

Don't buy cheap tools. Craftsman tools from sears are among the best.

کەلوپەلی هەرزان مەکڕە. کەلوپەلەکانی کۆمپانیای سیەرس یەکێکن لە باشترینەکان.[1]

Give yourself an hour to cool off before responding to someone who has provoked you. If it involves something really important, give yourself overnight.

کاتژمێرێک پشوو بدە و خۆت هێور بکەرەوە، پێش ئەوەی وەڵامی ئەو کەسە بدەیتەوە کە وەڕەسی کردوویت یان تووڕەی کردوویت. ئەگەر بابەتەکە یان کارەکە زۆر گرنگ بوو، ئەوا با شەوێکی بەسەردا تێبپەڕێت، ئینجا وەڵامی بدەرەوە.

[1] کۆمپانیای sears سیەرس - کۆمپانیایەکی بەناوبانگی ئەمریکی یە کە کەلوپەلی جیاوازیان هەیە بە باشترین کوالیتی. (و.)

Brush your teeth before putting on your tie.

ددانەکانت پێش بەستنی بۆینباخەکەت بشۆ.

Sing in a choir.

لەگەڵ گروپێکی گۆرانیگوتندا گۆرانی بڵێ.

Keep a flashlight and extra batteries under the bed and in the glove box of your car.

با لایتێکی دەستی و باتریی زیادە لەژێر قەرەوێڵەی نووستنەکەت و سندووقی پێشەوەی ئۆتۆمبێلەکەدا هەبێت.

Take someone bowling.

کەسێک ببە بۆ یاریی بۆڵینگ.

Learn to handle a pistol and rifle safely.

خۆت فێری ئەوە بکە چۆن بە پارێزراوییەوە دەمانچە و تفەنگ بەکار بهێنیت.

Skip one meal a week and give what you would have spent to a homeless person.

هەفتەی جارێک ژەمێکی خواردن بپەڕێنە و پارەی ئەو ژەمە خواردنە بدە بە سواڵکەرێک یان کەسێکی بێلانە.

When playing games with children, let them win.

کاتێک یاری لەگەڵ منداڵاندا دەکەیت، بهێڵە با یارییەکە ببەنەوە.

Turn off the television at dinnertime.

لە کاتی خواردنی شێودا تەلەفزیۆنەکە بکوژێنەرەوە.

Be wary of the man who's "all hat and no cattle."

ئاگات لەو کەسە بێت کە قسەی زل دەکات و کردەوەی نیە.

Stand at attention and put your hand over your heart when singing the national anthem, and if wearing a hat, remove it.

کاتێک سروودی نیشتمانی دەڵێیتەوە، هۆشت لای سروودەکە بێت و دەستت لەسەر دڵت دابنێ، ئەگەر کڵاوت بەسەرەوەیە، دایبکەنە.

Learn to make something beautiful with your hands.

فێر ببە کە بتوانیت شتێکی جوان و سەرنجڕاکێش بە دەستەکانی خۆت دروست بکەیت.

Talk slow but think quick.
بە خاوی قسە بکە، بەڵام بە خێرایی بیر بکەرەوە.

Have a will and tell your next of kin where it is.
با وەسیەتنامەیەکت هەبێت و شوێنی وەسیەتنامەکە بە نزیکترن خزمت بڵێ.

Have regular medical and dental checkups.
زوو زوو سەردانی پزیشک یان نەخۆشخانە بکە بۆ پشکنینی جەستە و ددانەکانت.

Take time to smell the roses.
کات بۆ بۆنکردنی گوڵەباخ دابنێ.

Be tough minded but tenderhearted.

با ویستت بەهێز بێت، بەڵام دڵت نەرم و بە بەزەیی.

Pray not for things, but for wisdom and courage.

نزا بۆ بەدەستهێنانی شتومەک مەکە، بەڵکو بۆ دانایی و بوێری بیکە.

Use seat belts.

قایشی خۆبەستنەوە بەکار بهێنە.

Strive for excellence, not perfection.

بۆ نایاببوون تێبکۆشە، نەک بۆ بێکەموکووڕی.

Keep your desk and work area neat.

مێزەکەت و شوێنی کارکردنەکەت بە ڕێکوپێکی و خاوێنی بهێڵەرەوە.

Spend your life lifting people up, not putting people down.

ژیانت لە بەرزکردنەوەی خەڵکدا بەسەر ببە، نەک ڕووخاندن و نزم کردنەوەیان.

Avoid negative people.

خۆت لە کەسانی ڕەشبین بەدوور بگرە.

Resist telling people how something should be done. Instead, tell them what needs to be done. They will often surprise you with creative solutions.

بە خەڵکی مەڵێ چۆن کارێک بکەن. لەبری ئەوە پێیان بڵێ پێویستە چی بکرێت. زۆر جار بە ڕێگەچارەی زۆر داهێنەرانە سەرسامت دەکەن.

Don't waste time responding to your critics.
کاتی خۆت لە وەڵامدانەوەی ئەو کەسانەدا بەهەدەر مەدە کە ڕەخنەت لێ دەگرن.

Don't scrimp in order to leave money to your children.
بە کولەمەرگی مەژی بۆ ئەوەی پارە بۆ منداڵەکانت جێ بهێڵیت.

Be original.
کەسێکی ڕەسەن بە.[١]

Be neat.
ڕێکوپێک و جوانپۆش بە.

[١] لاسایی خەڵکانی تر مەکەرەوە. (و.)

Be punctual and insist on it in others.

دوا مەکەوە و سەرڕاست بە، وا لە کەسانی
دەوروبەریشت بکە کە بەو جۆرە بن.

Be suspicious of all politicians.

لە هەموو سیاسەتمەدارەکان بە گومان بە.

Never take action when you're angry.

لە کاتێکدا کە تووڕەیت، هەرگیز بڕیار مەدە.

Encourage your children to have a part-time job after the age of sixteen.

هانی منداڵەکانت بدە کە کارێکی نیودەوام بکات یان
لەپاش تەمەنی شانزە ساڵییەوە دەست بە کار بکەن.

Once a year, go someplace you've never been before.

ساڵی جارێک بڕۆ بۆ جێگەیەک کە هەرگیز پێشتر نەچوویبێت.

Give people a second chance, but not a third.

هەلی دووەم بدە بە خەڵکی، بەڵام هەلی سێیەم نا.

When you're proud of your children, let them know it.

کاتێک کە بە منداڵەکانت سەربەرزیت، پێیان ڕابگەیەنە.

Be kinder than necessary.

زیاد لە پێویست میهرەبان بە.

Be your wife's best friend.

ببە با باشترین هاوڕێی ژنەکەت.

Do battle against prejudice and discrimination wherever you find it.

لە دژی کینە و جیاکاری بجەنگە، لەهەر جێیەک کە بەرچاوت کەوت و تووشی بوویت.

Wear out, don't rust out.

باشتر وایە ئەوەندە کار بکەیت تا چیتر هێزی کارکردنت نامێنێت و دەمریت، نەک ئەوەی هیچ کارێک نەکەیت و بەتاڵ بیت لەبەر ئەوەی پیریت.

Be romantic.

کەسێکی ڕۆمانسی بە.

Don't forget, a person's greatest emotional need is to feel appreciated.

لەبیرت نەچێت، گەورەترین پێویستیی سۆزدارانەی هەموو کەس ئەوەیە کە هەست بە پێزانین و بەرزنرخاندن بکات.

Be insatiably curious. Ask "why" a lot.

لە ڕادەبەدەر پرسیار بکە و بە مەراقی زانینی زیاترەوە بە. وشەی "بۆچی" زۆر بەکار بهێنە.

Never criticize the person who signs your paycheck. If you are unhappy with your job, find another one.

هەرگیز ڕەخنە لە کەسێک مەگرە کە کاری بۆ دەکەیت و مووچەکەت لەژێر دەستی ئەودایە. ئەگەر حەز لە کارەکەت ناکەیت، کارێکی تر بدۆزەرەوە.

Learn how to fix a leaky faucet and toilet.

فێری ئەوە ببە چۆن بەلۆعە و تەوالێتی شکاو یان کونبوو چاک بکەیتەوە.

Become the most positive and enthusiastic person you know.

لە هەموو ئەو کەسانەی کە دەیانناسیت، ئەرێنیتر و بەجۆشتر بە.

Measure people by the size of their hearts, not the size of their bank accounts.

خەڵکی بەپێی گەورەیی دڵەکانیان هەڵبسەنگێنە، نەک بەپێی گەورەیی ئەژمارە بانکییەکانیان.

Let people know what you stand for-and what you won't stand for.

با خەڵکی بزانن کە پشتگیری لە چی دەکەیت و دژایەتی چی دەکەیت.

Don’t worry if you can’t give your kids the best of everything. Give them your very best.

ئەگەر ناتوانیت لە هەموو شتێکدا باشترین شتەکان بە منداڵەکانت بدەیت، خەم مەخۆ. بەڵام باشترینی ئەوەی پێت دەکرێت و لە تواناتدایە، پێیان بدە.

Have a good posture. Enter a room with purpose and confidence.

با سەر و سیمایەکی باشت هەبێت و قنجوقیت بە. بە مەبەست و متمانەوە خۆت بە ژووردا بکە.

Observe the speed limit.

لە کاتی لێخوڕینی ئۆتومبێلدا ئاگاداری خێراییەکەت بە.

Drink low-fat milk.

شیری کەمچەوری بخۆرەوە.

Use less salt.
خوێ کەمتر بەکار بهێنە.

Eat less red meat.
گۆشتی سوور کەمتر بخۆ.

Don't quit a job until you've lined up another.
واز لە کارەکەت مەهێنە تا ئەو کاتەی کارێکی تر دەدۆزیتەوە.

Determine the quality of a neighborhood by the manners of the people living there.
گەڕەکێک یان ناوچەیەک بە ڕەوشتی ئەو کەسانە هەڵبسەنگێنە کە تێیدا دەژین.

Park at the back of the lot at shopping centers. The walk is good exercise.

ئۆتۆمبێلەکەت لەپشتی بازاڕەکانەوە ڕابگرە نەک لە بەردەم بازاڕەکاندا. ڕۆیشتن بە پێ وەرزشێکی زۆر باشە.

Surprise a new neighbor with one of your favorite homemade dishes - and include the recipe.

دراوسێی تازە بە خواردنێکی دەستی خۆتان کە زۆر حەزت لێیەتی سەرسام بکە و چۆنیەتیی لێنانی خواردنەکەشیان بۆ بنووسە.

Don't carry a grudge.

ڕق و کینە لە دڵ هەڵمەگرە.

Look for ways to make your boss look good.

بەدوای ڕێگەی جیاوازدا بگەڕێ بۆ ئەوەی بەڕێوەبەرەکەت بە چاکە و جوانی لای خەڵک دەربکەوێت.

Hug children after you discipline them.

پاش ئەوەی منداڵەکەت تەمێی دەکەیت، باوەشی پێدا بکە.

Don't watch violent television shows, and don't buy the products that sponsor them.

تەماشای بەرنامەیەکی تەلەفزیۆنی مەکە کە توندوتیژیی تێدا بێت و، هەر کۆمپانیا و بەرهەمێکیش پشتیوانیی ئەو جۆرە بەرنامانە بکات، شتیان لێ مەکڕە.

Show respect for all living things.

ڕێز لە هەموو بوونەوەرە زیندووەکان بگرە.

Return borrowed vehicles with the gas tank full.

کاتێک ئۆتۆمبێلێک بە ئامانەت لە کەسێک وەردەگریت، لە کاتی گەڕانەوەی سەیارەکەدا، پڕی بکە لە بەنزین، ئینجا بیگەڕێنەرەوە.

Choose work that is in harmony with your values.

کارێک هەڵبژێرە کە لەگەڵ بەهاکانی ژیانتدا هاوتا و هەماهەنگ بێت.

Swing for the fence.

هەموو هەوڵ و توانای خۆت بەکار بهێنە.

Attend high school art shows, and always buy something.
بەشداری پێشانگای هونەریی خوێندنگە دواناوەندییەکان بکە و، هەمیشە شتێکیان لێ بکڕە.

Don't waste time grieving over past mistakes. Learn from them and move on.
کات لە خەفەت خواردندا بۆ هەڵەکانی ڕابردوو بە فیڕۆ مەدە. لەو هەڵانەوە فێر ببە و بەرەو پێشەوە هەنگاو بنێ.

Remember that ignorance is expensive.
لەیادت بێت، پشتگوێخستن زۆر گرانبەهایە.

Pray. There is immeasurable power in it.
نزا بکە، نزاکردن هێزو توانای بێسنوور و نەبڕاوەی تێدایە.

Don't allow the phone to interrupt important moments. It's there for your convenience, not the caller's.

مەهێڵە تەلەفونەکەت ساتە گرنگەکانت لێ ببڕێت. تەلەفون بۆ ئاسانکاریی ژیانی تۆیە نەک بۆ ئەو کەسەی کە تەلەفونت بۆ دەکات.

Commit yourself to constant self-improvement.

بڕیار بدە لەسەر ئەوەی کە هەمیشە بە بەردەوامی خەریکی باشترکردنی خۆت بیت.

When complimented, a sincere "thank you" is the only response required.

کاتێک کە ستایشت کرا، "سپاس" تاکە وەڵامی ڕاستگۆیانە و خوازراوە.

When there is a hill to climb, don't think that waiting will make it smaller.
کاتێک گردێک لەبەردەمتدایە و پێویستە پێیدا سەر بکەویت، وا بیر مەکەرەوە کە چاوەڕێکردن گردەکە بچووک دەکاتەوە.

Start every day with the most important thing you have to do. Save the less important tasks for later.
ڕۆژەکەت لە سەرەتادا بە جێبەجێکردنی گرنگترین کارەکان دەست پێ بکە. ئەو کارانەی کە زۆر گرنگ نین، بۆ دواتریان هەڵبگرە.

Have impeccable manners.
ببە بە خاوەنی هەڵسوکەوتی بەرز و مەزن.

Criticize in private.
ئەگەر ڕەخنەت گرت، بە نهێنی ڕەخنە بگرە.

Be a good loser.

ئەگەر دۆڕاوەبوویت، ئەوا دۆڕاوەیەکی باش و بەڕەوشت بە.

Be a good winner.

ئەگەر براوەبوویت، ئەوا براوەیەکی باش و بەڕەوشت بە.

Never go grocery shopping when you're hungry. You'll buy too much.

هەرگیز بە برسیێتی مەڕۆ بۆ بازار بۆ کڕینی خواردن.
زیاد لە پێویست شت دەکڕیت.

Spend less time worrying who's right and more time deciding what's right.

کاتی کەمتر بەسەر بەرە لە نیگەران بوون لەوەی کێ ڕاستە و کێ هەڵەیە و، کاتی زیاتر تەرخان بکە لەوەی بڕیار لەسەر کاری دروست بدەیت.

Praise in public.

ئەگەر ستایشی کەسێکت کرد، بە ئاشکرا یان لەبەرچاوی خەڵک ستایشیان بکە.

Don’t major in minor things.

زۆر بیر لە شتەکان مەکەرەوە و شتەکان زۆر لە خۆت قورس مەکە.

Think twice before burdening a friend with a secret.

پێش ئەوەی نهێنییەک بە هاورێیەک بڵێیت و بەهۆی ئەو نهێنییەتەوە بارگرانی بکەیت، دەستبەجێ ئەو کارە مەکە و جارێکی تر بیری لێ بکەرەوە.

Never tell anyone they look tired or depressed.

هەرگیز بە هیچ کەس مەڵێ کە ماندوو و خەمبار دیاریت.

When someone hugs you, let them be the first to let go.

کاتێک کەسێک باوەشت پێدا دەکات، با ئەو بەرت بدات.

Never pay for work before it's completed.

تا ئەو کاتەی کارەکەت بۆ تەواو دەکەن هەرگیز کرێی کارێک مەدە.

Keep good company.

با هاوڕێی و کەسە نزیکەکانت کەسانی باش بن.

Keep a daily journal.

یاداشتنامەیەکی ڕۆژانەت با هەبێت.

Keep your promises.

بەڵێنەکانت بپارێزە.

Teach your children the value of money and the importance of saving.

منداڵەکانت فێری بەها و گرنگیی پارە و
پارەکۆکردنەوە بکە.

Resist giving advice concerning matrimony, finances, or hairstyles.

لەبارەی ئەم سێ شتەوە ئامۆژگاریی کەس مەکە:
ژیانی هاوسەرگیری، پارە، شێوازی قژ.

Remember the three Rs: respect for self; respect for others; responsibility for all your actions.

ئەم سێ شتەت هەمیشە لەیاد بێت: ڕێز بۆ خۆت، ڕێز
بۆ کەسانی تر، بەرپرسیاریێتی بۆ هەموو ئەو کارانەی
کە دەیانکەیت.

Seek out the good in people.

هەوڵ بدە بەدوای چاکەی خەڵکدا بگەڕێیت.

Look people in the eye.
تەماشای ناوچاوانی خەڵک بکە.

Don't take good friends, good health, or a good marriage for granted.
هاوڕێی باش و تەندروستیی باش و هاوسەرگیریی باش بە کەم سەیر مەکە.

Respec tradition.
ڕێز لە دابونەریت بگرە.

Drink eight glasses of water every day.
هەموو ڕۆژێک هەشت پەرداخ ئاو بخۆرەوە.

Be cautious about lending money to a friend. You might lose both.
لەبارەی پارەبەقەرزدانەوە بە هاوڕێیەک وریا و بەپارێز بە. لەوانەیە هەردووکیان لەدەست بدەیت.

Never waste an opportunity to tell good employees how much they mean to the company.

هەرگیز دەرفەتێکی گونجاو لەکیس مەدە و بە کارمەندە باشەکان بڵێ کە بوونیان چەندە بۆ کۆمپانیاکە گرنگ و جێی بایەخن.

Wave at children on school buses.

سڵاو لە منداڵانی ناو پاسی خوێندگە بکە.

When you're lost, admit it, and ask for directions.

کاتێک ڕێگەت ون کرد، دانی پێدا بنێ و پرسیار لە خەڵک بکە.

Never cut what can be untied.

هەرگیز گرێیەک مەبڕەوە ئەگەر دەتوانیت گرێیکە بکەیتەوە.

Be modest. A lot was accomplished before you were born.

بێفیز بە. زۆر شت داهێنراوە و بەدی هێنراوە پێش ئەوەی تۆ لەدایک ببیت.

When you see visitors taking pictures of each other, offer to take a picture of them together.

کاتێک کە دوو گەشتیار یان کۆمەڵێک گەشتیار دەبینیت وێنەی یەکتر دەگرن، پێیان بڵێ دەتوانم یارمەتیتان بدەم پێکەوە وێنە بگرن.

Show respect for others' time. Call whenever you're going to be more than five minutes late for an appointment.

ڕێز لە کاتی خەڵک بگرە. ئەگەر خەریکە زیاتر لە پێنج خولەک بۆ چاوپێکەوتنێک دوا بکەویت، تەلەفون بکە و پێیان ڕابگەیەنە.

Hire people smarter than you.
ئەو کەسانە بەکرێ بگرە کە لە خۆت زیرەکترن.

Take good care of those you love.
گرنگییەکی باش بەو کەسانە بدە کە خۆشت دەوێن.

Learn to show enthusiasm, even when you don't feel like it.
هەوڵ بدە فێری نیشاندانی جۆش و پەرۆشی ببیت، تەنانەت ئەو کاتانەیشی کە هەستیان پێ ناکەیت.

Keep it simple.
شتەکان بە سادەیی بگرە.

Don't jaywalk.
لە کاتێکدا گڵۆپی پەڕینەوە سوورە، لە جادە مەپەڕێرەوە.

Never ask a lawyer or accountant for business advice. They are trained to find problems, not solutions.

هەرگیز پرسیار لە پارێزەرێک یان ژمێریارێک مەکە بۆ ئەوەی ئامۆژگاریی بازرگانیت پێ بدات. پارێزەر و ژمێریار وا ڕاهێنراون کە گرفت بدۆزنەوە، نەک چارەسەر.

Avoid like the plague any lawsuit.

چۆن خۆت لە تاعوون دەپارێزیت، ئا وایش خۆت لە کێشەی دادگا بپارێزە.

Learn to show cheerfulness, even when you don't feel like it.

فێری ئەوە ببە کە دڵخۆش و شادمانی نیشان بدەیت، ئەگەرچی هەست بە دڵخۆشی و شادمانییش نەکەیت.

Take family vacations whether you can afford them or not. The memories will be priceless.

ئەگەر خاوەن پارە بوویت یان نا، خێزانەکەت ببە بۆ گەشت. ئەو یادەوەریانە بە پارە ناکڕدرێن.

Be the first adult to jump into the pool or run into the ocean with the kids. They will love you for it.

کاتێک کە لەگەڵ منداڵاندا دەچیت بۆ مەلە لە دەریا یان حەوزی مەلە، یەکەم کەس خۆت فڕێ بدەرە ناو ئاوەکەوە. منداڵەکان خۆشیان دەوێیت ئەگەر وا بکەیت.

Beware of the person who has nothing to lose.

ئاگادار بە و خۆت لەو کەسە بپارێزە کە هیچ شتێکی نییە لە دەستی بدات.

When meeting people for the first time, resist asking what they do for a living. Enjoy their company without attaching any labels.

کاتێک چاوت بە کەسێکی تازە دەکەوێت، خۆت بگرە و پرسیاری لێ مەکە کە چ کارێک دەکەیت. لەبری ئەوە چێژ لەو پێکەوەبوون و قسەکردنەتان وەربگرە بەبێ ئەوەی هیچ ناووناتۆرەیەک بدەیتە پاڵ ئەو کەسە.

Don't gossip.

غەیبەت مەکە.

Don't discuss salaries.

قسە و باس لەسەر مووچە مەکە.

Don't nag.

گلەیی و بۆڵەبۆڵ مەکە.

Don't gamble.

قومار مەکە.

Share your knowledge. It's a way to achieve immortality.

ئەو زانست و زانیارییەی دەیزانیت، فێری خەڵکی بکە و بە کەسانی تری بگەیەنە. ئەوە ڕێگەیەکە بۆ بەدەستهێنانی نەمری.

Every day show your family how much you love them with your words, with your touch, and with your thoughtfulness.

هەموو ڕۆژێک لەڕێی وتەکانت، باوەش و دەستەکانت و دڵسۆزی و بایەخدانەوە پیشانی ماڵ و منداڵەکەتی بدە کە چەندە خۆشت دەوێن.

Lie on your back and look at the stars.

لەسەر پشت ڕاکشێ و تەماشای ئەستێرەکان بکە.

Remember that how you say something is as important as what you say.

لەیادت بێت شێوازی گوتنی قسەیەک هێندەی ئەو قسەیەی کە دەتەوێت بیکەیت، گرنگە.

Don't think you can fill an emptiness in your heart with money.

وا مەزانە کە دەتوانیت بۆشاییی ناو دڵت بە پارە پڕ بکەیتەوە.

Arrive at work early and stay beyond quitting time.

زوو بڕۆ بۆ سەر کار و درەنگ کار بەجێ بهێڵە.

Never overstay your welcome.

هەرگیز زیاد لە پێویست لە میوانیدا مەمێنەرەوە.

Be gentle with the earth.

لەگەڵ زەویدا نەرمونیان بە.

Change air conditioner filters every three months.

پاڵێوەری هەوای سپلیتەکەت هەر سێ مانگ جارێک بگۆڕە.

Fill your gas tank when it falls below one-quarter full.

ئۆتۆمبێلەکەت پڕ بکەرەوە لە بەنزین کاتێک لە چارەکێک لە پڕییەکەی کەم دەکات.

Don't expect money to bring you happiness.

چاوەڕێی ئەوە مەکە پارە بەختەوەریت بۆ بهێنێت.

Never snap your fingers to get someone's attention. It's rude.

هەرگیز چەقەنە بۆ بانگکردنی کەسێک بەکار مەهێنە. کارێکی بێڕێزانەیە.

Remember that overnight success usually takes about fifteen years.

لەیادت بێت بە زۆری سەرکەوتنی لەناکاو پانزە ساڵی دەوێت. کاتێک کەسێک دەبینیت لەپڕ سەرکەوتوو لەکارێکدا دەبێت، ئەو کەسە چەندین ساڵ هەوڵی بۆ ئەو کارە داوە.

No matter how dire the situation, keep your cool.

لە کاتی تووشبوون بە دۆخێکی خراپ و ترسناک، گرنگ نییە دۆخەکە چەندە خراپە، هێمنی و ئارامیی خۆت ڕابگرە.

Promise big. Deliver big.
بەڵێنی گەورە بدە. بە باشی و نایابی بەڵێنەکەت ببەرە سەر.

When paying cash, ask for a discount.
کاتێک بە نەقد پارە دەدەیت، داوای داشکاندن بکە.

Don't use a toothpick in public.
ددانپاککەرەوە لە شوێنی گشتی یان بەرچاوی خەڵکدا بەکار مەهێنە.

Never apologize for extreme measures when defending your values, your health, or your family's safety.
هەرگیز داوای لێبوردن مەکە کاتێک ڕێگەی زۆر توند بۆ پاراستنی بەهاکانت، تەندروستیت یان پارێزراویی خێزانەکەت دەگریتە بەر.

Remember that almost everything looks better after a good night's sleep.

لەیادت بێت هەموو شتێک خۆشتر و باشترە پاش شەوێک تێرخەوتن.

Find a good tailor.

بەرگدروویەکی باش بدۆزەرەوە.

Practice empathy. Try to see things from other people's point of view.

فێری هاوسۆزی ببە. هەوڵ بدە لە دید و ڕوانگەی خەڵکانی ترەوە تەماشای شتەکان بکەیت.

Discipline yourself to save money. It's essential to success.

خۆت ڕابهێنە و خۆت فێری پارەکۆکردنەوە بکە. پارەکۆکردنەوە سیفەتێکی زۆر زۆر گرنگە بۆ سەرکەوتن.

Get and stay in shape.

لەشت ڕێک و تەندروست بکە و بەو شێوە بیهێڵەرەوە.

Find some other way of proving your manhood than by shooting defenseless animals and birds.

پیاوبوونت لەڕێی ڕاوکردن و کوشتنی ئاژەڵ و باڵندەی بێدەسەلاتەوە مەسەلمێنە. برۆ ڕێیەکی تر بدۆزەرەوە.

Don't be so concerned with your rights that you forget your manners.

ئەوەندە خەمت لای مافەکانت نەبێت کە ببێتە هۆی ئەوەی هەڵسوکەوتت لەیاد بکەیت.

Read between the lines.

مانای ئەودیو قسەکان بخوێنەرەوە.

Don't burn bridges. You'll be surprised how many times you have to cross the same river.

پردەکان مەسووتێنە. کەس نازانیت کە پێویست چەند جار لە هەمان ڕووبار بپەڕییتەوە.

Don't spread yourself too thin. Learn to say no politely and quickly.

خۆت ئەوەندە سەرقاڵ مەکە کە فریای هیچ شتێک نەکەویت. فێر ببە بە ڕێزەوە و بە خێرایی وشەی "نەخێر"بەکار بهێنیت.

Write your favorite author a note of appreciation.

نامەیەکی پێزانین و سپاس بۆ ئەو نوسەرە بنێرە کە زۆر خۆشت دەوێت.

Remember that a successful marriage depends on two things: (١) finding the right person and (٢) being the right person.

لەیادت بێت هاوسەرگیریی سەرکەوتوو بەندە بە دوو هۆکارەوە: یەک) دۆزینەوەی کەسی دروست. دوو) بوون بە کەسێکی دروست.

See problems as opportunities for growth and self-mastery.

کێشەو گرفتەکان وەک هەلێک بۆ گەشەکردن و خۆباشترکردن ببینە.

Accept pain and disappointment as part of life.

ئازار و بێهیوابوون وەک بەشێک لە ژیان پەسەند بکە.

Compliment the meal when you're a guest in someone's home.
کاتێک لە ماڵی کەسێکدا میوانیت، وەسفی خواردنەکە بکە.

Make the bed when you're an overnight visitor in someone's home.
کاتێک لەماڵی کەسێدا شەوێک بە میوانی دەمێنیتەوە، جێگەی خەوتنەکەت پاش لەخەوهەستان دەق بگرە.

Don't believe people when they ask you to be honest with them.
باوەڕ بەو کەسانە مەکە کە داوات لێ دەکەن لەگەڵیاندا ڕاستگۆ و دەستپاک بیت.

Lock your car even if it's parked in your own driveway.
ئۆتۆمبێلەکەت قوفڵ بکە تەنانەت ئەگەر لەناو حەوشەکەی خۆشتدا ڕاگیرابێت.

Judge your success by the degree that you're enjoying peace, heath, and love.

سەرکەوتنت لە ژیاندا بەوە بپێوە کە چەندە چێژ لە ئارامیی دەروون و تەندروستی و خۆشەویستی دەبینیت.

Don't expect life to be fair.

چاوەڕێی ئەوە مەکە کە ژیان دادپەروەرانە بێت.

Don't insist of running someone else's life.

ژیانی کەسێکی تر بەڕێوە مەبە.

Never go to bed with dirty dishes in the sink.

هەرگیز مەخەوە لە کاتێکدا کە قاپی پیس لەناو مەغسەلەکەدا هەبێت.

Learn to handle a handsaw and a hammer.

فێری بەکارهێنانی مشاری دەستی و چەکوش ببە.

Contribute five percent of your income to charity.

لە سەددا پێنجی مووچەکەت بۆ ڕێکخراوی خێرخوازی تەرخان بکە.

When tempted to criticize your parents, spouse, or children, bite your tongue.

کاتێک کە دەتەوێت ڕەخنە لە دایک و باوکت یان هاوسەرەکەت یان منداڵەکانت بگریت، گاز لە زمانت بگرە.

Never underestimate the power of love.

هەرگیز هێزی خۆشەویستی بە کەم سەیر مەکە.

Never underestimate the power of forgiveness.

هەرگیز هێزی لێخۆشبوون بە کەم سەیر مەکە.

When you know that someone has gone to a lot of trouble to get dressed up, tell them they look terrific!

کاتێک کە دەزانیت کەسێک کاتێکی زۆر زۆری لە خۆڕازاندنەوە و لەبەرکردنی جلوبەرگدا بەسەر بردووە، وەسفی بکە و پێی بڵێ جلەکەی زۆر جوان لێ دێت.

Never put the car in drive until all passengers have buckled up.

ئۆتۆمبێلەکەت مەخەرە کار تا ئەو کاتەی هەموو سەرنشینەکانی قایشی پارێزگاری دەبەستن.

Never buy dark-colored sheets or towels.

هەرگیز چەرچەف و خاولیی ڕەنگ تاریک مەکڕە.

Don’t bore people with your problems. When someone asks you how you feel, say, “Terrific, never better.” Whey they ask, “How’s business?” reply, “Excellent, and getting better every day.”

خەڵکی بە گرفتەکانتەوە بێزار و بێتاقەت مەکە. کاتێک کەسێک لێت دەپرسێت، "چۆنیت؟" بڵێ "زۆر زۆر باشم، هەرگیز ئەوەندە باش نەبووم." کاتێک کەسێک دەپرسێت، "کاروبار یان ڕزق چۆنە؟" بڵێ، "نایابە و، ڕۆژ بەڕۆژ باشتریش دەبێت."

Learn to disagree without being disagreeable.

فێری ئەوە ببە کە ڕای جیاوازت هەبێت بەبێ ئەوەی ببیت بە کەسێکی بێزراو.

Be tactful. Never alienate anyone on purpose.
کەسێک بە کە ڕەچاوی خەڵک بکەیت. هەرگیز بە ئەنقەست دڵی هیچ کەسێک مەڕەنجێنە.

Hear both sides before judging.
پێش بڕیاردان، گوێ لە هەردوولا بگرە.

Refrain from envy. It's the source of much unhappiness.
خۆت لە ئیرەیی بەدوور بگرە. چونکە سەرچاوەی زۆربەی خەمبارییەکانە.

Be courteous to everyone.
بەرانبەر بە هەموو کەسێک بەڕێز بە.

Champion your wife. Be her best friend and biggest fan.

وەک پاڵەوانێک تەماشای ژنەکەت بکە. ببە بە باشترین هاوڕێ و گەورەترین هەواداری.

Remember that winners do what losers don't want to do.

لەیادت بێت کەسە سەرکەوتووەکان ئەو کارانە دەکەن کە کەسە دۆڕاوەکان نایانەوێت بیانکەن.

Don't delay acting on a good idea. Chances are someone else has just thought of it too. Success comes to the one who acts first.

کاتێک کە بیرۆکەیەکی باشت بۆ دێت، کارکردن لەسەر بیرۆکەکە دوا مەخە. ڕەنگە کەسێکی تریش هەمان بیرۆکەی تۆی بۆ هاتبێت. بەڵام سەرکەوتن بۆ ئەو کەسانەیە کە لە پێشدا هەنگاو دەنێن.

Surprise an old friend with a phone call.
هاوڕێیەکی کۆن بە تەلەفون کردن بۆی سەرسام بکە.

When there's no time for a full workout, do push-ups.
ئەگەر کاتی ئەوەت نەبوو بچی بۆ قاعە و هەموو وەرزشەکان بە تەواوی بکەیت، ئەوا شناو بکە.

Rekindle old friendships.
هاوڕێیەتییە کۆنەکان نوێ بکەرەوە.

Never lose your nerve, your temper, or your car keys.
ئەم سێ شتە هەرگیز نەکەیت لەدەستیان بدەیت: ئارامگری، مەزاج، لەگەڵ کلیلی ئۆتۆمبێلەکەت.

Instead of using the word *problem*, try substituting the word *opportunity*.

لەبری بەکارهێنانی وشەی "گرفت"، هەوڵ بدە وشەی "هەل" بەکار بهێنیت.

Every so often, push your luck.

جارجار بەختی خۆت تاقی بکەرەوە.

Seek opportunity, not security. A boat in a harbor is safe, but in time its bottom rots out.

بەدوای هەلدا بگەڕێ، نەک ئاسایش و سەلامەتی.

بەلەم لەناو بەندەردا شوێنی سەلامەتە، بەڵام پاش تێپەڕبوونی کات بنەکەی دادەڕزێت.

Don't get too big for your britches.

بە قەد بەرەکەی خۆت قاچ ڕابکێشە.

When traveling, put a card in your wallet with your name, home phone, the phone number of a friend or close relative, important medical information, plus the phone number of the hotel or motel where you're staying.

کاتێک گەشت دەکەیت، کارتێک بخەرە ناو جزدانەکەتەوە کە ئەم شتانەی لەسەر نووسرابێت: ناوت، تەلەفونی ماڵەوەت، تەلەفونی هاوڕێیەکی نزیک یان خزمێکت، هەندێکت زانیاریی زۆر گرنگ لەبارەی تەندروستیتەوە، لەگەڵ ژمارە تەلەفونی ئەو ئوتێل یان مۆتێلەی تێیدا دەمێنیتەوە.

Trust in God, but lock your car.

متمانەت بە خودا هەبێت، بەڵام دەرگای ئۆتۆمبێلەکەت قوفڵ بکە.

Own a good dictionary.

با فەرهەنگ باشت هەبێت.

Reread your favorite book.

دیسانەوە ئەو کتێبانە بخوێنەرەوە کە زۆر حەزت لێیانە.

When renting a car for a couple of days, splurge and get the one you would someday like to own.

کاتێک ئۆتۆمبێل بۆ دوو ڕۆژ بەکرێ دەگریت، چرووکی مەکە و ئەو ئۆتۆمبێلە هەڵبژێرە کە حەز دەکەیت ڕۆژێک ببیتە خاوەنی.

Be wary of people who tell you how honest they are.

حەزەربکە لەو کەسانەی کە پێت ئەڵێن چەندە کەسێکی ڕاستگۆ و دەست پاکن.

Be prepared to lose once in a while.

ئامادەی ئەوە بە کە جاروباریش بدۆڕێت.

Do ١٠٠ push-ups every day: ٥٠ in the morning and ٥٠ in the evening.

هەموو ڕۆژێک ١٠٠ شناو بکە: ٥٠ شناو بەیانیان و ٥٠ شناو شەوان.

Be humble and polite, but don't let anyone push you around.

کەسێکی بەڕێز و سادە بە، بەڵام مەهێڵە کەس زیادەڕەوی بکات و بە ویستی خۆی بەکارت بهێنێت.

Live your life so that your epitaph could read, "No regrets."

بە جۆرێک بژی کە لەپاش مردنت نووسینی سەر قەبرەکەت ئەمە بێت: "ئەم کەسە بە کەڵی ژیا و ئەوەی ویستی کردی و هیچ پەشیمان نەبوو."

Spoil your wife, not your children.

نازی زۆر بە ژنەکەت بدە، نەک بە منداڵەکان.

Be bold and courageous. When you look back on your life, you'll regret the things you didn't do more than the ones you did.

ئازا و بەجەرگ بە. کاتێک تەماشای ڕابردووت دەکەیتەوە، زیاتر پەشیمانی بۆ ئەو شتانە دەردەبڕێت کە نەتکردووون نەک ئەو شتانەی کە کردووتن.

When you arrive at your job in the morning, let the first thing you say brighten everyone's day.

کاتێک کە بەیانیان دەگەیتە سەر کارەکەت، با یەکەم شتێک کە دەیلێییت دڵی هەمووان زۆر خۆش بکات.

Never walk out on a quarrel with your wife.

هەرگیز لە کاتی دەمەقاڵێ لەگەڵ ژنەکەتدا دەمەقاڵێ کە بەجێ مەهێڵە و بمێنەرەوە.

Mind the store. No one cares about your business the way you do.

ئاگاداری دوکانەکەت بە. هیچ کەسێک هێندەی تۆ خەمی کارەکەت ناخوات و گرنگیی پێ نادات.

Regarding furniture and clothes: if you think you'll be using them five years or longer, buy the best you can afford.

لەبارەی کەلوپەلی ناوماڵ و جلوبەرگەوە: ئەگەر دەزانیت کە پێنج ساڵ یان زیاتر بەکاری دەهێنیت، باشترین شت بکڕە کە لە تواناتدا بێت.

Buy ladders, extension cords, and garden hoses longer than you think you'll need.

پەیژە و تەقسیم و سۆندە، ئەم سێ شتە کاتێک دەیانکڕیت، با درێژتر بن لەوەی کە پێویستتە.

Keep your private thoughts private.

بیرکردنەوە تایبەتییەکانت لای خۆت بهێڵەرەوە.

Go through all your old photographs. Select ten and tape them to your kitchen cabinets. Change them every thirty days.

ئه‌لبومه کۆنه‌کان بکه‌ره‌وه و ته‌ماشای هه‌موو وێنه‌کان بکه. ده وێنه هه‌ڵبژێره و بیاننووسێنه به ده‌رگای سه‌لاجه‌که‌وه. هه‌ر سی ڕۆژ جارێک وێنه‌کان بگۆڕه.

Remember the three most important thing when buying a home: location, location, location.

کاتێک خانوویه‌ک ده‌کڕیتم ئه‌م سێ شته گرنگه‌ت له‌یاد بێت: شوێن، شوێن، شوێن.

Become your children's best teacher and coach.

ببه به باشترین مامۆستا و ڕاهێنه‌ری منداڵه‌کانت.

Hold your child's hand every chance you get. The time will come all too soon when he or she won't let you.

هەر دەرفەتێکت هەبوو، دەستی منداڵەکەت بگرە. کات زۆر خێرا تێدەپەڕێت و ئەو کاتە زۆر بە زوویی دێت کە منداڵەکەت چیتر ناهێڵێت دەستی بگریت.

Be there when people need you.

کاتێک کە خەڵکی پێویستیان پێتە، لەوێ بە و خۆت مەشارەوە.

Send your mother-in-law flowers on your wife's birthday.

لە ڕۆژی لەدایکبوونی ژنەکەتدا گوڵ بۆ خەسووت بنێرە.

When you find someone doing small things well, put him or her in charge of bigger things.

کاتێک دەبینیت کەسێک کارێکی بچووک بە جوانی ڕادەپەڕێنێت، ئەو کەسە بەسەر کاری گەورەترەوە بکە بە سەرپەرشتیار.

Be decisive even if it means you'll sometimes be wrong.

کەسێکی بڕیاردەر بە، تەنانەت ئەگەر بە مانای ئەوەیش بێت کە هەندێک کات هەڵە بکەیت.

Don't let anyone talk you out of pursuing what you know to be a great idea.

مەهێڵە هیچ کەسێک ساردت بکاتەوە لە شوێنکەوتنی ئەو شتەی بە بڕوای تۆ بیرۆکەیەکی گەورەیە.

Remember that the more you know, the less you fear.

لەیادت بێت، تا زیاتر بزانیت، کەمتر دەترسیت.

Never give loved ones a gift that suggests they need improvement.

ئەو کەسانەی خۆشت دەوێن، هەرگیز شتێکیان بۆ مەکە بە دیاری کە ئاماژە بەوە بکات پێویستیان خۆباشترکردن هەیە.

Everyday look for some small way to improve your marriage.

هەموو ڕۆژێک بەدوای ڕێگەیەکی بچووک و ئاساندا بگەڕێ بۆ ئەوەی ژیانی هاوسەرگیرییەکەت باشتر بکەیت.

Everyday look for some small way to improve the way you do your job.

هەموو ڕۆژێک بەدوای ڕێگەیەکی بچووک و ئاساندا بگەڕێ بۆ ئەوەی کارەکەت باشتر ڕابپەڕێنیت.

Acquire things the old-fashioned way: save for them and pay cash.

با ئەو شتانەی کە بەدەستیان دەهێنیت بە ڕێگە کۆن و باوەکە دەستت بکەون: لە پێشدا پارەیان بۆ کۆ بکەرەوە، ئینجا بە نەقدی پارەکە بدە.

Know when to keep silent.

فێری ئەوە ببە کە بزانیت کەی کاتی ئەوەیە بێدەنگ بیت.

Know when to speak up.

فێری ئەوە ببە کە بزانیت کەی کاتی ئەوەیە قسە بکەیت.

Remember, no one makes it alone. Have a grateful heart and be quick to acknowledge those who help you.

لەیادت بێت، هیچ کەسێک بە تەنیا ناتوانێت سەرکەوتوو بێت. با دڵێکی سپاسگوزارت هەبێت و خێرا بە لە پێزانین و سپاسکردنی ئەو کەسانەی یارمەتیت دەدەن.

Deadlines are important. Meet them.

دوامۆڵەتەکان، لە کاتی خۆیدا کارەکان تەواو بکە.

Just to see how it feels, for the next twenty-four hours refrain from criticizing anybody or anything.

تەنیا بۆ ئەوەی بزانیت چ جۆرە هەستێکت دەبێت، بۆ ماوەی بیستوچوار سەعات خۆت بە هەموو شێوەیەک بەدوور بگرە لە ڕەخنەگرتن لە هەر کەس و هەر شتێک.

Lose without excuses.

کاتێک کە یارییەک یان شتێک دەدۆڕێنیت، بیانوو مەهێنەرەوە.

Take charge of your attitude. Don't let someone else choose it for you.

بەرپرسیارێتیی هەڵسوکەوتەکانت لە ئەستۆ بگرە. مەهێڵە کەسێکی تر بۆت هەڵبژێرێت.

Let your children overhear you saying complimentary things about them to other adults.

با منداڵەکانت گوێیان لێ بێت کاتێک بە چاکە لەلای کەسانی بەتەمەنتردا وەسفیان دەکەیت.

Save an evening a week for just you and your wife.

هەفتەی جارێک، تەنیا ئێوارەیەک بۆ خۆت و ژنەکەت تەرخان بکە.

When you say, “I’m sorry,” look the person in the eye.

کاتێک داوای لێبوردن لە کەسێک دەکەیت، تەماشای ناوچاوانی ئەو کەسە بکە.

Get all repair estimates in writing.

پێش نۆژەنکردنەوەی شتێک، هەموو خەرجییەکان بە نزیکەیی لەسەر کاغەزێک بنووسە.

Pay attention to the details.

سەرنجی وردەکارییەکان بدە.

Remember that silence is sometimes the best answer.

لەیادت بێت، هەندێک کات بێدەنگی باشترین وەڵامە.

Be loyal.

بەئەمەک بە.

Forget committees. New, noble, world-changing ideas always come from one person working alone.

ئەنجوومەنەکان لەبیر بکە. بیرۆکە تازە و نایاب و جیهانییەکان هەمیشە لەلایەن ئەو کەسانەوە هاتوون کە بە تەنیا کار دەکەن.

Win without boasting.

کاتێک براوە دەبیت، خۆت هەڵمەکێشە.

Understand that happiness is not based on possessions, power, or prestige but on relationships with people you love and respect.

لەوە تێبگە کە بەختەوەری بە سامان، یان دەسەڵات و پلەوپایەوە بەند نییە، بەڵکو بەندە بە پەیوەندی یان تێکەڵاوی لەگەڵ ئەو کەسانەی کە خۆشت دەوێن و ڕێزیان لێ دەگریت.

Be engaged at least six months before you get married.

با ماوەی مارەبڕین بە لایەنی کەمەوە شەش مانگ بێت، دوایی زەماوەند بکەن.

Don't waste time waiting for inspiration. Begin, and inspiration will find you.

کات بەفیڕۆ مەدە لە چاوەڕێکردنی ئەوەی بیرۆکە و ئیلهامت بۆ بێت. دەست پێبکە و بیرۆکە خۆی تۆ دەدۆزێتەوە.

Compliment even small improvements.

ستایشی تەنانەت بچووکترین پێشکەوتن و خۆچاککردنەکان بکە.

Turn off the tap when brushing your teeth.

.کاتێک ددانەکاند ئەشۆیت، ئاوی بەلۆعەکە بگەرەوە.

Wear expensive shoes, belts, and ties, but buy them on sale.

پێڵاو و قایش و بۆینباخی گران بەکار بهێنە، بەڵام کاتێک بیانکڕە کە داشکاندنیان بۆ کرابێت.

Start meetings on time regardless of who's missing.

لە کاتی خۆیدا کۆبوونەوەکە دەست پێبکە بەبێ گوێدانە ئەوەی کێ هێشتا نەهاتووە.

Street musicians are a treasure. Stop for a moment and listen; then leave a small donation.

مۆسیقارەکانی سەر شەقام گەنجینەن. ساتێک بوەستە و گوێ بگرە؛ پاشان بەخشیشێکی کەم دابنێ.

Pay for a poor child to go to summer camp.

پارەی خولی فێرکاریی هاوینەی منداڵێکی هەژار بدە.

Apologize immediately when you lose your temper, especially to children.

کاتێک کە تووڕە دەبیت، یەکسەر داوای لێبوردن بکە، بە تایبەتی کاتێک لە منداڵان تووڕە دەبیت.

When faced with a serious health problem, get at least three medical opinions.

کاتێک کە تووشی کێشەیەکی جددیی تەندروستی دەبیت، بە لایەنی کەمەوە ڕای سێ پزیشکی جیاواز وەربگرە.

When you need professional advice, get it from professionals, not from your friends.

کاتێک پێویستت بە ئامۆژگاریی کەسی شارەزاو لێهاتووە، برۆ ئامۆژگاری لە کەسی شارەزا لەو بابەتە وەربگرە، نەک لە هاوڕێکانت.

Remain open, flexible, and curious.

بە کەسێکی کراوە، خۆگونجێنەر و، لاپرەسەن بمێنەرەوە.

When a good man or woman runs for political office, support him or her with your time and money.

کاتێک دەزانیت پیاوێک یان ژنێکی باش و دڵسۆز خۆی بۆ کارێکی سیاسی دەپاڵێوێت، بە پارە و کاتی خۆت پشتگیریی بکە.

Never acquire just one kitten. Two are a lot more fun and no more trouble.

هەرگیز تەنیا پشیلەیەک بەخێو مەکە. بەخێوکردنی دوو پشیلە زۆر خۆشترە لە یەک پشیلە و گرفتیشی زیاتر نییە.

Stay out of nightclubs.

خۆت لە یانەشەوانەکان بەدوور بگرە.

Begin each day with your favorite music.

ڕۆژەکەت بەو ئاواز و گۆرانییە دەست پێبکە کە زۆر حەزت لێیەتی.

Allow your children to face the consequences of their actions.

بهێڵە با منداڵەکانت خۆیان ئەنجامی کردەوە چاک و خراپەکانیان ببینن.

When attending meetings, sit down front.

کاتێک بەشداریی کۆبونەوەکان دەکەیت، لە ڕیزی پێشەوە دابنیشە.

If you're going to be weird, be confident about it.

ئەگەر بڕیارت داوە ببیت بە کەسێکی سەیر، بە دڵنیاییەوە بیکە و لەبارەیەوە دوودڵ مەبە.

Focus on making things better, not bigger.

سەرنج بخەرە سەر باشترکردنی شتەکان، نەک گەورەترکردنیان.

Don't be intimidated by doctors and nurses. Even when you're in the hospital, it's still your body.

لە پزیشک و پەرستارەکان مەترسە. تەنانەت کاتێکیش لەناو نەخۆشخانەدایت، چونکە لەش هێشتا لەشی خۆتە و تەنیا تۆ خاوەنیتی.

Slow down. I mean really slow down in school zones.

خاو بەرەوە. هەر بە ڕاستی مەبەستم ئەوەیە لە کاتی لێخوڕینی ئۆتۆمبێل لە نزیک خوێندنگەکاندا خاو بەرەوە.

Don't let your possessions possess you.

مەهێڵە ئەو شتومەکانەی تۆ خاوەنیانیت، ببن بە خاوەنت.

Wage war against littering.

لە دژی فڕێدانی خۆڵ و خاشاک لەسەر شەقام و کۆلانەکان جەنگ ڕابگەیەنە.

Every once in a while, take the scenic route.

جاروبار لە کاتی لێخوڕینی ئۆتۆمبێلدا، ڕێگەیەکی تازە تاقی بکەرەوە کە پێشتر پێیدا نەڕۆیشتبیت یان لە ڕێگە لابدە و بڕۆ بۆ جێگەیەکی تازە.

Don't procrastinate. Do what needs doing when it needs to be done.

شتەکان بۆ کاتێکی تر دوا مەخە. شتەکان لە کاتی خۆیاندا بکە بەبێ دواخستن.

Don't confuse comfort with happiness.
بەختەوەری و ئاسوودەیی دوو شتی جیاوازن، تێکەڵیان مەکە.

Never threaten if you don't intend to back it up.
هەرگیز هەڕەشە مەکە ئەگەر بەنیاز نیيت بە بەڵگەوە ڕاستی و گرنگیی هەڕەشەکەت بسەلمێنيت.

When you and your wife have a disagreement, regardless of who's wrong, apologize. Say, "I'm sorry I upset you. Would you forgive me?" These are healing, magical words.
کاتێک خۆت و ژنەکەت ناکۆکییەکتان هەیە، بەبێ گوێدانە ئەوەی کێ ڕاستە و کێ هەڵەیە، داوای لێبوردن بکە و پێی بڵێ، "داوای لێبوردن دەکەم کە بێتاقەت و تووڕەم کردیت. ئایا لێم خۆش دەبیت؟" ئەمانە وشەی سارێژکەر و ئەفسووناوین.

Be enthusiastic about the success of others.

لەبارەی سەرکەوتنی کەسانی ترەوە بە پەرۆش بە.

Don't flaunt your success, but don't apologize for it either.

لە کاتی سەرکەوتندا لەخۆبایی مەبە، بەڵام بە هەمان شێوە داوای لێبوردنیش مەکە.

Read to your children.

کتێب بۆ منداڵەکانت بخوێنەرەوە.

Sing to your children.

گۆرانی بۆ منداڵەکانت بڵێ.

Listen to your children.

گوێ لە قسەی منداڵەکانت بگرە.

Get your priorities straight. No one ever said on his deathbed, "Gee, if I'd only spent more time at the office."

شتە گرنگەکانی ژیان لەپێشدا و لە کاتی خۆیاندا بکە. هیچ کەسێک لە سەرەمەرگدا نەیگوتووە: "ئا، خۆزگە کاتی زیاترم دەبوو بۆ ئەوەی لە نووسینگەکەمدا کاتی زیاتر بەسەر ببەم."

Don't allow self-pity. The moment this emotion strikes, do something nice for someone less fortunate than you.

مەهێڵە بەزەییت بە خۆتدا بێتەوە. ئەو ساتەی ئەم هەستە ڕووت تێ دەکات، شتێکی باش بۆ کەسێک بکە کە لە تۆ کەمتر بەختەوەرە.

Every year celebrate the day you and your wife had your first date.

هەموو ساڵێک یادی ڕۆژی یەکەم ژووانی نێوان خۆت و ژنەکەت بکەرەوە.

Take care of your reputation. It's your most valuable asset.

زۆر بە باشی ئاگاداری نازناو یان سناوبانگت ببە.
لەبەر ئەوەی گرنگترین و بەبەهاترین سامانێکە کە هەتە.

Turn on your headlights when it begins to rain.

کاتێک باران دەبارێت، گلۆپەکانی پێشەوەی ئۆتۆمبێلەکەت دابگیرسێنە.

Select a doctor your own age so that you can grow old together.

پزیشکێک هەڵبژێرە کە لە تەمەنی خۆتدا بێت، بۆ ئەوەی پێکەوە پیر ببن.

Don't cut corners.

لە کارەکانتدا گزی مەکە.

Don't dismiss a good idea simply because you don't like the source.

بیرۆکەیەکی باش ڕەد مەکەرەوە تەنیا لەبەر ئەوەی حەزت لە سەرچاوەکەی نییە.

When taking a woman home, make sure she's safely inside her house before you leave.

کاتێک ژنێک دەگەیەنیتەوە ماڵی خۆی، تا بە پارێزراوی نەگەڕێتەوە ناو ماڵەکەی خۆی، شوێنەکە بەجێ مەهێڵە.

Everyone loves praise. Look hard for ways to give it to them.

هەموو کەسێک زۆر پێی خۆشە ستایش بکرێت. بۆیە بە جددی بەدوای ڕێگەی جیاوازدا بگەڕێ بۆ ئەوەی ستایشی خەڵکی بکەیت.

Do more than is expected.

لەوە زیاتر بکە کە لێت چاوەڕێ دەکرێت.

Turn enemies into friends by doing something nice for them.

کاری باش بۆ دژمنەکانت بکە، دەیانگۆڕیت بە دۆست.

Have a friend who owns a truck.

با هاوڕێیەکت هەبێت کە خاوەنی بارهەڵگر بێت.

Make a habit of reading something inspiring and cheerful just before going to bed.

بیکە بە خوو کە چەند خولەکێک پێش نووستن،
شتێکی هاندەر و دڵخۆشکەر بخوێنیتەوە.

Don't confuse wealth with success.

دەوڵەمەنی و سەرکەوتن دوو شتی جیاوازن، تێکەڵیان مەکە.

Have some knowledge of three religions other than your own.

با جگە لە ئایینەکەی خۆت، کەمێک شارەزایی و زانیاریت لەبارەی سێ ئایینەوە هەبێت.

Make a list of ten things you want to experience before you die. Carry it in your wallet and refer to it often.

دە شت بنووسە کە دەتەوێت پێش ئەوەی بمریت تاقیان بکەیتەوە. دە شتەکە لەناو جزدانەکەتدا هەڵبگرە و زوو زوو تەماشایان بکەرەوە.

Answer the phone with enthusiasm and energy in your voice.

بە پەرۆش و وزەوە وەڵامی تەلەفون بدەرەوە.

Do the right thing, regardless of what others think.

کاری ڕاست بکە، بەبێ گوێدانە ئەوەی کەسانی تر چۆن بیر دەکەنەوە.

Buy a used car with the same caution a naked man uses to climb a barbed-wire fence.

هەر وەک چۆن پیاوێکی بێجلوبەرگ زۆر بە پارێزەوە بەسەر دیوارێکی تەلبەنددا سەر دەکەوێت، بە هەمان پارێزەوە ئۆتۆمبێلی دەستە دوو بکڕە.

Record your parents' laughter.

دەنگ یان ڤیدیۆی پێکەنینی دایک و باوکت تۆمار بکە.

Mind your own business.

خۆت لە کاروباری خەڵکدا هەڵمەقورتێنە.

When meeting people you don't know well, extend your hand and give them your name. Never assume they remember you even if you've met them before.

کاتێک بە کەسانێک دەگەیت کە بە باشی نایانناسیت، دەستت درێژ بکە و ناوی خۆتیان پێ بڵێ. هەرگیز وای دامەنێ کە تۆیان بیر بێتەوە، تەنانەت ئەگەر پێشتریش پێت گەیشتبن.

Do it right the first time.

کاتێک کارێک دەکەیت، لەیەکەم جاردا بە دروستی بیکە.

Laugh a lot. A good sense of humor cures almost all of life's ills.

زۆر پێبکەنە. گاڵتەچێتی و پێکەنین تەقریبەن هەموو نەخۆشی یەکانی ئەم ژیانە چارەسەر دەکات.

Don't be afraid to say, "I need help."
مەترسە لەوەی بڵێیت، "پێویستم بە یارمەتییە."

Wear a shirt and tie to job interviews, even for a job unloading boxcars.
کاتێک دەچیت بۆ چاوپێکەوتنی کارێک، کراس و بۆینباخ لەبەر بکە تەنانەت ئەگەر کارەکەش کاری حەممالی بوو.

Don't undertip the waiter just because the food is bad; he didn't cook it.
تەنیا لەبەر ئەوەی چێشتەکە خراپە بەخشیشی کەم بە شاگردی چێشتخانەکە مەدە؛ خۆ ئەو لێینەناوە.

Never underestimate the power of a kind word or deed.
هەرگیز هێزی وشە یان کردەوەی میهرەبانانە بە کەم مەزانە.

Keep a notepad and pencil on your bedside table. Million-dollar ideas sometimes strike at ٣ a.m.

دەفتەر و قەڵەمێک لەسەر مێزی تەنیشت جێگەی نوستنەکەتەوە دابنێ. هەندێک کات لە سەعات سێی بەیانیدا بیرۆکەی چەندملیۆن دۆلاریت بۆ دێت.

Conduct family fire drills. Be sure everyone knows what to do in case the house catches fire.

لەگەڵ منال و خێزانەکەتدا مەشقی حاڵەتی ئاگرکەوتنەوە بکە. با هەموو ئەندامانی خێزانەکەت بزانن لە کاتی ئاگرکەوتنەوەدا پێویستە چ کارێک بکەن.

Be open to new ideas.

کەسێکی کراوە بە و بیرۆکەی نوێ پەسەند بکە.

Don't be afraid to say, "I don't know."

مەترسە لەوەی بڵێیت، "نازانم."

Don't be afraid to say, "I made a mistake."

مەترسە لەوەی بڵێیت، "هەڵەم کرد."

Don't be afraid to say, "I'm sorry."

مەترسە لەوەی بڵێیت، "داوای لێبوردن دەکەم ."

Show respect for everyone who works for a living, regardless of how trivial their job.

ڕێزی هەموو ئەو کەسانە بگرە کە لەبەر پەیداکردنی بژێوی ژیانیان کار دەکەن، هەرچەندە کارەکەیان کەمبایەخیش بێت.

When you find a job that's ideal, take it regardless of the pay. If you've got what it takes, your salary will soon reflect your value to the company.

کاتێک کارێ ئەدۆزیتەوە کە زۆر حەزت لێیەتی، پەسەندی بکە بەبێ ئەوەی گوێ بە موچەکەی بدەیت. ئەگەر کارەکە ئەو ەبێت کە خۆت حەزت لێیە و توانا و بەهەرەکانت دەربخەیت، بەهاو گرنگیت بۆ کۆمپیاناکە وا دەکات کە موچەکەت زۆر بە خێرایی بەرزببێتەوە.

Send your loved one flowers. Think of a reason later.

گوڵ بۆ خۆشەویستەکانت بنێرە. دواتر بیر لە هۆکارەکەی بکەرەوە.

Set short-term and long-term goals.

ئامانجی کورتخایەن و درێژخایەن دابنێ.

Remember people's names.

ناوی خەڵکت لەیاد بێت.

Look for opportunities to make people feel important.

بەدوای هەلی جیاوازدا بگەڕێ بۆ ئەوەی وا لە کەسانی دەوروبەرت بکەیت هەست بە گەورەیی و گرنگبوون بکەن.

Take the stairs when it's four flights or less.

ئەگەر باڵەخانەیەک چوار قات یان کەمتر بوو بە قادرمە بڕۆ و ئاسانسۆر بەکار مەهێنە.

Stand when greeting a visitor to your office.

کاتێک لە نوسینگەکەتدا بەخێرهاتنی میوانێک دەکەیت، هەستە سەر پێ.

**Don't use time or words carelessly.
Neither can be retrieved.**

کات و وشەکان بە کەمتەرخەمییەوە بەکار مەهێنە.
هیچ کامیان ناتوانن بگەڕێنەوە.

Don't interrupt.

قسە بە خەڵک مەبڕە.

**Dress a little better than your clients but
not as well as your boss.**

جلوبەرگی جوانتر لە مشتەرییەکانت بپۆشە، بەڵام با
جلوبەرگەکانت لە بەڕێوەبەرەکەت یان خاوەنکارەکەت
جوانتر نەبێت.

**When talking to the press, remember they
always have the last word.**

کاتێک قسە بۆ ڕاگەیاندنەکان دەکەیت، لەیادت بێت کە
بڕیاری کۆتایی لە دەستی ئەواندایە.

Set aside your dreams for your children and help them attain their own dreams.

خەونەکانی خۆت بۆ منداڵەکانت بەجێ مەهێڵە،
یارمەتییان بدە با خۆیان بە خەونەکانی خۆیان بگەن.

Don't miss the magic of the moment by focusing on what's to come.

جادوو و گەورەیی ئەو کاتەی تێیدایت، لە
بیرکردنەوە لە داهاتوودا بەفیڕۆ مەدە.

Improve your performance by improving your attitude.

توانای کارکردنت باشتر بکە، لەڕێگەی باشترکردنی
ڕەوشتتەوە.

Don't be rushed into making an important decision. People will understand if you say, "I'd like a little more time to think it over. Can I get back to you tomorrow?"

لە کاتی بڕیاردان بۆ کارێکی گرنگدا پەلە مەکە. خەڵکی لێت تێدەگەن و پەسەندی دەکەن ئەگەر پێیان بڵێیت، "پێویستم بە کەمێک کاتی زیاتر هەیە بۆ ئەوەی بیری لێ بکەمەوە. دەتوانم سبەینێ وەڵام بدەمەوە؟"

Before leaving to meet a flight, check first to be sure it's on time.

پێش ئەوەی ماڵ بەجێ بهێڵێت و بەرەو فڕۆکەخانە بڕۆیت، دڵنیا ببەوە لەوەی کە فڕۆکەکە لە کاتی خۆیدا دێت و گۆڕانکاری لە کاتەکەیدا نەکراوە.

Don't waste time trying to appreciate music you dislike. Spend the time with music you love.

کاتی خۆت بەفیڕۆ مەدە لە هەوڵدان بۆ بەرزنرخاندنی ئاوازێک یان گۆرانییەک کە حەزت لێی نییە. کاتی خۆت لەگەڵ ئەو ئاوازانەدا بەسەر ببە کە زۆر حەزت لێیانە.

Smile when answering the phone. The caller will hear it in your voice.

لە کاتی وەڵامدانەوەی تەلەفوندا بەدەم زەردەخەنەوە وەڵام بدەرەوە. ئەو کەسەی تەلەفونت بۆ دەکات گوێی لە زەردەخەنەکەت دەبێت.

Get into the habit of putting your billfold and car keys in the same place when entering your home.

فێری ئەو خووە ببە کاتێک دەگەڕێیتەوە ماڵەوە جزدانەکەت و کلیلی ئۆتۆمبێلەکەت لەیەک شوێندا، دابنێیت.

Go the distance. When you accept a task, finish it.

تا کۆتایی بڕۆ. کاتێک ئەرکێک یان کارێک پەسەند دەکەیت، تەواوی بکە.

Never admit at work that you're tired, angry, or bored.

هەرگیز لە کاتی کارکردندا مەڵێ کە ماندوو، تووڕە یان بێزاریت.

Never miss a chance to dance with your wife.

ئەگەر هەلێکت بۆ هەڵکەوت کە لەگەڵ ژنەکەتدا سەما بکەیت، هەرگیز لە کیسی مەدە.

Remember that enough is better than too much.

لەیادت بێت، هەبوونی شتێک بە ڕادەی پێویست، گەلێک باشترە لە زیاد لە پێویست.

Don't expect others to listen to your advice and ignore your example.

وا مەزانە کە ئامۆژگاریی خەڵک کرد ئەوان تەنیا گوێ لە ئامۆژگارییەکانت دەگرن و سەیری هەڵسوکەوت و کردرات ناکەن.

When you realize you've made a mistake, take immediate steps to correct it.

کاتێک بۆت دەرکەوت کە هەڵەیەکت کردووە، دەستبەجێ هەنگاو بۆ ڕاستکردنەوەی هەڵەکەت بنێ.

Be quick to take advantage of an advantage.

بۆ ئەوەی سوود لە سوودێک وەربگریت، خێرا و بەپەلە بە.

When you are totally exhausted but have to keep going, wash your face and hands and put on clean socks and a clean shirt. You will feel remarkably refreshed.

کاتێک کە زۆر ماندوویت، بەڵام پێویست دەکات
بەردەوام بیت، دەموچاو و دەستەکانت بشۆە و
گۆرەویی تازە لە پێ بکە و کراسی خاوێن لەبەر بکە.
هەست بە بووژانەوەیەکی گەورە و بەرچاو دەکەیت.

Decide to get up thirty minutes earlier. Do this for a year, and you will add seven and one-half days to your waking world.

بڕیار بدە کە سی خولەک زووتر لەخەو هەستیت.
یەک ساڵ ئەم کارە بکە و حەوت ڕۆژ و نیو زیاد
دەکەیت بۆ ساتە بەخەبەرەکانی ژیانت.

Don't make the same mistake twice.

هەمان هەڵە دووپاتە مەکەرەوە.

Don't think expensive equipment will make up for lack of talent or practice.

وا مەزانە ئەگەر کەسێک ئامێر و کەلوپەلی گرانبایی بەکار بهێنێت، ئامێرەکە دەتوانێت جێگەی بێبەهرەیی و بێئەزموونییەکەی بۆ بگرێتەوە.

Open your arms to change, but don't let go of your values.

باوەش بۆ گۆڕانکاری و شتی تازە بکەرەوە، بەڵام واز لە بەهاکانت مەهێنە.

When it comes to worrying or painting a picture, know when to stop.

کاتێک دێتە سەر باسی خەم یان خەفەتخواردن و وێنەکێشان، بزانە کەی کاتی ئەوەیە کە بوەستیت.

Memorize your favorite love poem.

ئەو شیعرەی زۆر حەزت لێیەتی، لەبەری بکە.

Save ten percent of what you earn.

لە سەددا دەی ئەو پارەیە کۆ بکەرەوە کە پەیدای دەکەیت.

Everybody deserves a birthday cake. Never celebrate a birthday without one.

هەموو کەسێک لە ڕۆژی لەدایک بوونیدا شایەنی کێکێکە. هەرگیز بەبێ کێک ئاهەنگی لەدایکبوونی کەسێک مەگێڕە.

Make the rules for your children clear, fair, and consistent.

کاتێک یاسا بۆ منداڵەکانت دادەنێیت، با یاساکانت ڕوون، دادپەروەرانە، جێگیر و گونجاو بن.

Give people more than they expect, and do it cheerfully.

لەوە زیاتر بدە بە خەڵکی کە چاوەڕێت لێ دەکەن و بە خۆشحاڵییەوە بیکە.

Keep an extra key hidden somewhere on your car in case you lock yourself out.

کلیلێکی زیادە لە شوێنێکی دەرەوەی ئۆتۆمبێلەکەتدا
بە شاراوەیی هەڵبگرە، نەکا لەدەرەوە بیت و
ئۆتۆمبێلەکەت قفڵ ببێت.

Never discuss money with people who have much more or much less than you.

هەرگیز باسی پارە لەگەڵ کەسێکدا مەکە کە پارەی
زۆر لە تۆ زیاترە یان زۆر لە تۆ کەمترە.

Write a short note inside the front cover when giving a book as a gift.

کاتێک کتێبێک بە دیاری بە کەسێک دەدەیت، لەناو
پەڕەی یەکەمدا تێبینییەکی کورت بنوسە.

Don't think a higher price always means higher quality.

وا بیر مەکەرەوە کە نرخی زیاتر هەمیشە بە واتای جۆریتیی باشتر دێت.

Remember that no time is ever wasted that makes two people better friends.

لەیادت بێت ئەو کاتەی سەرفی دەکەیت لەوەی هاوڕێیەتی دوو کەس باشتر بکەیت، هەرگیز بە هەدەر نەچووە.

Remember that no time spent with your children is ever wasted.

لەیادت بێت ئەو کاتەی لەگەڵ منداڵەکانتدا بەسەری دەبەیت، هەرگیز کاتێکی بەفیڕۆچوو نییە.

When negotiating your salary, think of what you want; then ask for ten percent more.

کاتێک تاوتوێی مووچەکەت دەکەیت، بیر بکەرەوە لەو پارەیەی کە دەتەوێت؛ ئینجا لە سەددا دەی بۆ زیاد بکە.

Be the first to fight for a just cause.

یەکەم کەس بە کە لەپێناو هۆکارێکی دادپەروەرانەدا بجەنگیت.

Meet regularly with someone who holds vastly different views than you.

با زوو زوو چاوت بە کەسێک بکەوێت کە بیرکردنەوە و بیروڕای لەگەڵ تۆدا تەواو جیاواز بێت.

After you've worked hard to get what you want, take the time to enjoy it.

پاش ئەوەی بە سەختی کار دەکەیت بۆ بەدەستهێنانی ئەو شتەی کە دەتەوێت، بە ئاسوودەییەوە چێژی لێ وەربگرە و پەلەپەل مەکە.

Remember that the person who steals an egg will steal a chicken.

لەیادت بێت ئەو کەسەی هێلکە بدزێت، مریشکیش دەدزێت.

Don't be surprised to discover that luck favors those who are prepared.

بەلاتەوە سەیر نەبێت ئەگەر بۆت دەرکەوت کە بەخت مەیلی بەلای ئەو کەسانەدا دەڕوات وا خۆیان بۆی ئامادە کردووە.

Your mind can only hold one thought at a time. Make it a positive and constructive one.

مێشکت تەنیا دەتوانێت لەیەک کاتدا بیرکردنەوەیەک هەڵبگرێت. بۆیە با بیرکردنەوەکەت ئەرێنی و بنیادنەرانە بێت.

Never underestimate the power of words to heal and reconcile relationships.

لە کاتی چاککردنەوە و ئاشتکردنەوەی نێوان کەسەکاندا هەرگیز هێز و توانای وشەکان بەکەم سەیر مەکە.

Go home for the holidays.

لە کاتی پشووکاندا بگەڕێرەوە بۆماڵەوە.

Count your blessings.

ئەو بەخششانە بژمێرە کە خودا پێی داویت.

Never be too busy to meet someone new.

هەرگیز ئەوەندە خۆت سەرقاڵ مەکە کە کاتی ناسینی کەسێکی تازەت نەبێت.

Believe in love at first sight.

لە یەکەم نیگادا باوەڕت بە خۆشەویستی هەبێت.

Never laugh at anyone's dreams.

هەرگیز بە خەونی هیچ کەسێک پێمەکەنە.

Overpay good babysitters.

پارەی زیاتر بە دایەنی باش بدە.

Carry a small pocket knife.

چەقۆیەکی بچووکی باخەڵ لەگەڵ خۆتدا هەڵبگرە.

Become someone's hero.

ببە بە پاڵەوان بۆ کەسێک.

Love deeply and passionately. You might get hurt, but it's the only way to live life completely.

بە سۆز و قووڵییەوە کەسێکت خۆش بوویت. لەوانەیە تووشی ئازار و دڵشکان ببیت، بەڵام ئەوە تاکە ڕێگەیە بۆ ئەوەی بە شێوەیەکی تەواوەتی چێژ لە ژیان وەربگریت.

Don't let a little dispute injure a great friendship.

مەهێڵە ناکۆکییەک یان کێشەیەکی بچووک پەیوەندییەکی گەورەی هاوڕێیەتی لەناو ببات.

Never apologize for being early for an appointment.

هەرگیز داوای لێبوردن مەکە بۆ زوو گەیشتن بە چاوپێکەوتنێک.

Open the car door for your wife, and always help her with her coat.

دەرگای ئۆتۆمبێلەکە بۆ ژنەکەت بکەرەوە و هەمیشە لە کاتی لەبەرکردنی چاکەتەکەیدا یارمەتیی بدە.

When reconvening after a conference break, choose a chair in a different part of the room.

لەپاش پشوویەک و دەستپێکردنەوەی کۆنفرانسێک، کورسییەکی تر هەڵبژێرە بۆ ئەوەی لە شوێنێکی جیاوازی ژوورەکەدا دابنیشیت.

Rake a big pile of leaves every fall and jump in it with someone you love.
هەموو پاییزێک کۆمەڵێک گەڵای دار لە شوێنێکدا کۆ بکەرەوە و خۆت و ئەو کەسەی خۆشت دەوێت پێکەوە باز هەڵبدەنە ناوی.

Don't judge people by their relatives.
خەڵکی بە گوێرەی خزمەکانیان هەڵمەسەنگێنە.

Every so often, invite the person in line behind you to go ahead of you.
جارجار کاتێک لەسەرەدا چاوەڕێ دەکەیت، داوا لە کەسی دواتەوە بکە بێتە پێشەوە و سەرەکەی خۆتی بدەرێ.

Discipline with a gentle hand.
بە دەستێکی نەرمونیانەوە پەروەردەی منداڵەکەت بکە.

Volunteer. Sometimes the jobs no one wants conceal big opportunities.

کاری خۆبەخشانە بکە. هەندێک جار ئەو کارانەی هیچ کەسێک نایەوێت بیانکات، دەرفەت و هەلی گەورەیان تێدا حەشار دراوە.

Create a little signal only your wife knows so that you can show her you love her across a crowded room.

خۆت و ژنەکەت هێمایەکی بچووک پێکەوە دروست بکەن کە تەنیا خۆتان لێی تێبگەن، بۆ ئەوەی لە ژوورێکی قەرەباڵغدا بتوانیت لە دوورەوە پێی بڵێیت کە خۆشم دەوێیت.

Don't expect your love alone to make a neat person out of a messy one.

چاوەڕێ مەکە خۆشەویستی بە تەنیا بتوانێت بتکات بە کەسێکی ڕێکوپێک، ئەگەر لە بنەڕەتدا کەسێکی شپرز و ناڕێک بیت.

When lost or in distress, signal in "threes"—three shouts, three gunshots, or three horn blasts.

لە کاتی ونبوون یان تەنگانەدا هەر ئاماژەیەکت کرد، سێ جار بیکە—سێ جار هاوارکردن، تەقاندنی سێ فیشەک، یان سێ هۆڕێن.

Keep a well-stocked first-aid kit in your car and at home.

سندووقێکی فریاگوزاریی خێرا بە هەموو پێداویستییەکانەوە لەناو ماڵ و ئوتومبێلەکەتدا دابنێ.

Park next to the end curb in parking lots. Your car doors will have half the chance of getting dented.

لە کاتی ڕاگرتنی ئۆتۆمبێلەکەتدا لە لەنزیک پیادەڕێیەکەوە ڕایبگرە. ئەگەر وا بکەیت، هەلی شوخت و قوپاویی دەرگاکانت لەلایەن ئۆتۆمبێلەکانی ترەوە لە سەددا پەنجا کەمتر دەبێتەوە.

Remember that just the moment you say, "I give up," someone else seeing the same situation is saying, "My, what a great opportunity."

لەیادت بێت هەر ئەو کاتەی تۆ دەڵێیت، "تەواو، واز دەهێنم،" کەسێکی تر کە تەماشای هەمان حاڵەتی تۆ دەکات، دەڵێت، "بە ڕاستی هەلێکی گەورەیە."

When you go to borrow money, dress as if you have plenty of it.

کاتێک بۆ قەرزکردنی پارە دەڕۆیت، بە جۆرێک پۆشاک لەبەر بکە کە وا دیار بێت خاوەنی پارەیەکی زۆر بیت.

Spend some time alone.

کاتی زیاتر بە تەنیا بەسەر بەرە.

Keep a diary of your accomplishments at work. Then when you ask for a raise, you'll have the information you need to back it up.

لە کاتی کارکردندا پاش ڕاپەڕاندنی کارێکی باش یان گرنگ، لە دەفتەرێک یان جێگەیەکدا بینووسە. دواتر کاتێک داوای بەرزکردنەوەی مووچەکەت دەکەیت، زانیاری و بەڵگەی پێویستت هەیە کە پشتگیری لە داواکارییەکەت بکات.

Don't let your family get so busy that you don't sit down to at least one meal a day together.

مەهێڵە خێزانەکەت هێندە سەرقاڵ ببن کە تەنانەت نەتوانن ڕۆژی ژەمێکیش پێکەوە کۆ ببنەوە.

In disagreements, fight fairly. No name-calling.

لە کاتی ناکۆکیدا، دادپەروەرانە بجەنگە. قسەی ناشرین بەکار مەهێنە.

Put your address inside your luggage as well as on the outside.
ناونیشانی ماڵەکەت لە دەرەوە و ناوەوەی جانتای گەشتەکەدا دابنێ.

Don't overlook life's small joys while searching for the big ones.
کاتێک بەدوای خۆشیە گەورەکانی ژیاندا دەگەڕێیت، خۆشیە بچووکەکان پشتگوێ مەخە.

Accept a breath mint if someone offers you one.
کاتێک کەسێک بنێشتێکی نەعنات دەداتێ، پەسەندی بکە.

When you lose, don't lose the lesson.
کاتێک شتێکت لەدەست دەدەیت، مەهێڵە ئەو وانەیەش لەدەست بدەیت کە فێری دەبیت.

Remember that everyone you meet is afraid of something, loves something, and has lost everything.

لەیادت بێت هەر کەسێک کە چاوت پێی دەکەوێت، ترسی لە شتێک هەیە، شتێکی خۆش دەوێت و، لە ڕابردوودا ئەزموونی لەدەستدانی هەموو شتێکی چەشتووە.

Eat a piece of chocolate to cure bad breath from onions or garlic.

پاش خواردنی سیر و پیاز لەتێک چکلێت بخۆ بۆ ئەوەی چارەسەری بۆنی دەمت بکەیت.

Take along a small gift for the host or hostess when you're a dinner guest. A book is a good choice.

دیارییەکی بچووک لەگەڵ خۆت بەرە بۆ کەسی میواندار کاتێک بۆ نانی ئێوارە میوانیت. بیرۆکەیەکی باشە ئەگەر کتێبێک وەک دیاری پێشکەش بە میواندار بکەیت

Make the punishment fit the crime.

ئەگەر سزای کەسێکت دا، با سزاکەت پڕاوپڕی تاوانەکە بێت.

When someone asks you a question you don't want to answer, smile and ask, "Why do you want to know?"

کاتێک کەسێک پرسیارێکت لێ دەکات کە حەز ناکەیت وەڵام بدەیتەوە، زەردەخەنەیەک بکە و لێی بپرسە، "بۆچی دەتەوێت ئەم شتە بزانیت؟"

Don't admire people for their wealth but for the creative and generous ways they put it to use.

خەڵکت لەبەر سامانەکەیان خۆش نەوێت، بەڵکو لەبەر ئەو ڕێگە داهێنەر و بەخشندانەی کە سامانەکەیانی تیا بەکار دەهێنن.

Spend your time and energy creating, not criticizing.

کات و وزەت لە دروستکردن و بنیادناندا سەرف بکە، نەک ڕەخنەگرتن.

Never leave the kitchen when something's boiling on the stove.

کاتێک شتێک لە ناندیندا[1] شتێک لەسەر ئاگرە و دەکوڵێت، هەرگیز ناندینەکە بەجێ مەهێڵە.

Never betray a confidence.

هەرگیز ناپاکی لە کەسێک مەکە کە متمانەی پێتە.

Never claim a victory prematurely.

هەرگیز پێشوەختە بانگەشەی سەرکەوتن مەکە.

[1] ناندین: موبەق، مەتبەخ